淨空法師 講述
華藏講記組恭敬整理

【注音版】

改造命運心想事成

——了凡四訓講記

釋淨空





印光法師序

聖賢之道。唯誠與明。聖狂之分。在乎一念。聖罔念則作狂。狂克念則作聖。其操縱得失之象。喻如逆水行舟。不進則退。不可不勉力操持。而稍生縱任也。須知誠之一字。乃聖凡同具。一如不二之真心。明之一字。乃存養省察。從凡至聖之達道。然在凡夫地。日用之間。萬境交集。一不覺察。難免種種違理情想。瞥爾而生。此想既生。則真心遂受錮蔽。而凡所作為。咸失其中正矣。若不加一番切實工夫。克除淨盡。則愈趨愈下。莫知底極。徒具作聖之心。永淪下愚之隊。可不哀哉。然作聖不難。在自明其明德。欲明其明德。須從格物致知下

手。倘人欲之物。不能極力格除。則本有真知。決難徹底顯現。欲令真知顯現。當於日用云為。常起覺照。不使一切違理情想。暫萌於心。常使其心。虛明洞徹。如鏡當臺。隨境映現。但照前境。不隨境轉。妍媸自彼。於我何干。來不豫計。去不留戀。若或違理情想。稍有萌動。即當嚴以攻治。剷除令盡。如與賊軍對敵。不但不使侵我封疆。尚須斬將搴旗。剷滅餘黨。其制軍之法。必須嚴以自治。毋怠毋荒。克己復禮。主敬存誠。其器仗須用顏子之四勿。曾子之三省。蘧伯玉之寡過知非。加以戰戰兢兢。如臨深淵。如履薄冰。與之相對。則軍威遠振。賊黨寒心。懼罹滅種之極戮。冀沾安撫之洪恩。從茲相率投降。歸順至化。盡革先心。聿修厥德。將不出戶。

兵不血刃。舉寇仇皆為赤子。即叛逆悉作良民。上行下效。率土清寧。不動干戈。坐致太平矣。如上所說。則由格物而致知。由致知而克明明德。誠明一致。即凡成聖矣。其或根器陋劣。未能收效。當效趙閱道。日之所為。夜必焚香告帝。不敢告者。即不敢為。袁了凡諸惡莫作。眾善奉行。命自我立。福自我求。俾造物不能獨擅其權。受持功過格。凡舉心動念。及所言所行。善惡纖悉皆記。以期善日增而惡日減。初則善惡參雜。久則唯善無惡。故能轉無福為有福。轉不壽為長壽。轉無子孫為多子孫。現生優入聖賢之域。報盡高登極樂之鄉。行為世則。言為世法。彼既丈夫我亦爾。何可自輕而退屈。或問格物乃窮盡天下事物之理。致知乃推極吾之知識。必使一一曉了

也。何得以人欲為物。真知為知。克治顯現為格致乎。答曰。誠與明德。皆約自心之本體而言。名雖有二。體本唯一也。知與意心。兼約自心之體用而言。實則即三而一也。格致誠正明五者。皆約閑邪存誠返妄歸真而言。其檢點省察造詣工夫。明為總綱。格致誠正。乃別目耳。修身。正心。誠意。致知。皆所以明明德也。倘自心本有之真知。為物欲所蔽。則意不誠而心不正矣。若能格而除之。則是慧風掃蕩障雲盡。心月孤圓朗中天矣。此聖人示人從泛至切。從疏至親之決定次序也。若窮盡天下事物之理。俾吾心知識悉皆明了。方能誠意者。則唯博覽羣書。徧游天下之人。方能誠意正心以明其明德。未能博覽閱歷者。縱有純厚天資。於誠意正心。皆無其分。況其下

焉者哉。有是理乎。然不深窮理之士。與無知無識之人。若聞理性。多皆高推聖境。自處凡愚。不肯奮發勉勵。遵循從事。若告以過去現在未來三世因果。或善或惡。各有其報。則必畏惡果而斷惡因。修善因而冀善果。善惡不出身口意三。既知因果。自可防護身口。洗心滌慮。雖在暗室屋漏之中。常如面對帝天。不敢稍萌匪鄙之心。以自干罪戾也已。此大覺世尊。普令一切上中下根。致知誠意。正心修身之大法也。然狂者畏其拘束。謂為著相。愚者防己愧怍。為謂渺茫。除此二種人。有誰不信受。故夢東云。善談心性者。必不棄離於因果。而深信因果者。終必大明夫心性。此理勢所必然也。須知從凡夫地。乃至圓證佛果。悉不出因果之外。有不信因果者。皆自棄其

善因善果。而常造惡因。常受惡果。經塵點劫。輪轉惡道。末由出離之流也。哀哉。聖賢千言萬語。無非欲人返省克念。俾吾心本具之明德。不致埋沒。親得受用耳。但人由不知因果。每每肆意縱情。縱畢生讀之。亦止學其詞章。不以希聖希賢為事。因茲當面錯過。袁了凡先生訓子四篇。文理俱暢。豁人心目。讀之自有欣欣向榮。亟欲取法之勢。洵淑世良謨也。永嘉周羣錚居士。發願流通。祈予為序。因撮取聖賢克己復禮閑邪存誠之意。以塞其責云。

序

袁了凡先生於明世宗嘉靖十四年（一五三五）卒於明神宗萬曆三十六年（一六〇八）享年七十四江蘇吳江人本名袁黃字坤儀早年被孔先生將一生命運算定後遇雲谷禪師為其開示「命自我立」之學遂改別號學海為了凡了凡先生盡其一生實踐改過積善之法成為世人行善修德改造命運的傑出典範

「了凡四訓」是先生為教育子孫後代所寫的四篇家訓文理俱暢豁人心目清末民初印光大師竭力提倡因而流傳甚廣成為後人積善累德改造命運的經典淨空早年受教於朱鏡宙老人復印證於印祖畢生奉行深受利益是為解救今世眾生劫難之不二法門又為佛門信解行證入佛境界之大根大本也願與我同倫共勉之淨空時年七十有五

新版略序

《了凡四訓講記》過去由上淨下空導師講解全文，由淨宗同修聽打音帶整理成文字稿，經導師刪改，並題字為「改造命運，心想事成」，已大量印製流通。今華藏淨宗學會四眾同修發起，再印導師在大陸深圳鳳凰電視台所講的《了凡四訓》，由華藏講記組打校、整理、重新印刷流通。這一部講記有補充前面講記之處，導師講經的境界，同一部經每一次講的境界都有一些不同，也就是境界的提升，從年年不同、月月不同，到現在日日不同。若讀新的講記，再看以前的講記，有相得益彰之效果，願有緣大眾見此書，再細閱之，必能更深入經義，不但現前能改造命運，對念佛往生淨土亦是很大的助緣，將來生西必蓮登上品。是為序。

末學　悟道於台北二〇〇三年一月七日

目錄

印光法師序……一
淨空法師序……七
新版略序……九
前　言……一
了凡四訓原文……七
了凡四訓講記……八三
一、立命之學……八三
二、改過之法……一六三
三、積善之方……二三八
四、謙德之效……三三七
了凡四訓原文對照表……三五二

改造命運心想事成
——了凡四訓講記

此篇係淨空法師於二〇〇一年四月十六日於鳳凰衛視宣講《了凡四訓》之講稿，由華藏講記組親聆音帶，摘要記錄，順文整理，草成此篇，供養讀者，惟尚未經淨空法師鑒定。

前　言

《了凡四訓》對我的影響非常之大，可以說影響了我一生。我非常愛好這本書，常常讀誦，也講過不少遍。往年所講的跟現在所講的在境界上當然有些不同，但是依舊可以做參考。

當年印光大師極力提倡《了凡四訓》、《安士全書》和《感應篇

彙編》，而且流通量很大，我感到非常驚訝！印祖是佛門大德、淨宗一代祖師，為何不流通佛經，而流通這三部書？我認為其中必有大道理。因為中國在近一個世紀以來，捨棄了中國傳統文化，而佛教也衰微到了極處，雖然儒與佛是世間純正之法，但是疏忽的時間太久了，如果再以儒跟佛來教化眾生，至少要五十年到一百年的時間才能收到效果。因此，印祖才採取因果教育，這真是印祖真實智慧與無盡悲心的表徵。

現前世界上，每個國家社會都動盪不安，我愈發覺得因果教育之重要性。因果教育最好的教材，無過於《了凡四訓》、《安士全書》和《感應篇彙編》。以因果教育為基礎，無論是出家或在家，決定能得殊勝的成就。

了凡先生姓袁，名黃，字坤儀，江南吳江縣人，生於明世宗嘉靖

十四年，公元一五三五年，距今四百多年。這本書是了凡先生教導兒子的四篇家訓。我們從中觀察，改過自新也是相當辛苦的事情，特別是前二十年很辛苦，到晚年功夫成熟，斷惡修善也就愈來愈容易了。

印光大師為《了凡四訓》寫了一篇序文，這篇序文非常重要。序文開端說：「聖賢之道，唯誠與明。」「誠」是真誠，真誠是一切眾生的真心本性。「明」是智慧，這種智慧也是我們本具，不是外來的。一個人如果能用真心本性處世，就稱為聖人，在佛法則稱為佛菩薩。由此可知，佛聖與凡夫的差別，在於用心不同。佛聖用真心處事待人接物，我們則用妄心。《三字經》云：「人之初，性本善。」大乘經講：「一切眾生本來成佛。」本來是佛，現在為什麼不是佛？因為我們現在不用真心，用妄心。妄心就是虛情假意，妄心造無量無邊的罪業；用真心，這是無量無邊的功德、福德。世間人求福，多半不

知道福是從真心流露出來的，一切災禍都是妄心變現的。佛儒教學的目的，就是教導我們捨妄心用真心，這是基本的道理，印祖一開端就為我們指示出來。

所以，儒佛的教學都是從「誠敬」開始，一分誠敬自然流露一分智慧，十分誠敬自然流露十分智慧。如此一來，對於宇宙人生的真相，以及超越時間、空間的智慧德能，你就有了。

但是我們今天為什麼變成這個樣子？《華嚴經》云：「一切眾生皆有如來智慧德相。」這種智慧、德能和相好，人人本具，個個不無，它是平等的。「但以妄想執著而不能證得」，這句話告訴我們，今天我們把本有的智慧—本明，變成了無明、妄想，把無量德能變成了分別，把無量的相好變成了執著、煩惱，這是迷而不覺。迷而不覺是凡夫；覺而不迷是佛菩薩，所以凡聖在一念之間。

可是我們迷得太久，無量劫來迷失了真心本性，一直都是用妄心行事。妄心，最基本的就是以為有一個「我」。《金剛經》云：「若菩薩有我相、人相、眾生相、壽者相，即非菩薩。」「有」就是執著、分別，如果我們還分別有個我，執著有個我，就不是菩薩。祖師大德教我們從「根本修」，根本就是執著「我」，把執著「我」這個錯誤的觀念修正過來，就是從根本修。從根本上修正，就得要放下自私自利、名聞利養、五欲六塵、貪瞋痴慢，菩提道上，才會一帆風順。

從古至今，修行的人很多，他們不是不用功，不是不努力，他們也用了許多的時間和精神，但是一生得不到成就。原因何在？「我」沒有放下，起心動念自私自利，所以道業寸步難移。古往今來，祖師大德成就的因素何在？無非是放棄自私自利，起心動念為社會大眾著

想，念念行行為幫助一切大眾離苦得樂。

現前是古今中外歷史上一個大動亂的時代，人活在世間非常可憐，富貴人家縱有千億財富，或貴為總統、國王，身心都不安。我們生在這個時代很可悲，但是也很幸運。為什麼可悲？我們不幸生在這個局勢動亂的時代，一生沒有安全、沒有幸福可言，這是可悲；幸運的是生在這個時代，如果我們能看得破、放得下，不隨波逐流，修養道德，幫助社會，這是成就自己無邊功德的大好機會。

印祖指示我們從《了凡四訓》做起，這是一條正確的道路。所以，我們把這四篇文章當作古文來讀，當作功課來做，字字句句細心研究、觀察，落實到自己的生活、思想、行為上，我們就得受用。從這個基礎再入佛門，必定能收到事半功倍之效。

了凡四訓原文

立命之學

余童年喪父。老母命棄學舉業學醫。謂可以養生。可以濟人。且習一藝以成名。爾父夙心也。後余在慈雲寺。遇一老者。修髯偉貌。飄飄若仙。余敬禮之。語余曰。子仕路中人也。明年即進學。何不讀書。余告以故。並叩老者姓氏里居。曰。吾姓孔。

雲南人也。得邵子皇極數正傳。數該傳汝。余引之歸。告母。母曰。善待之。試其數。纖悉皆驗。余遂起讀書之念。謀之表兄沈稱。言郁海谷先生。在沈友夫家開館。我送汝寄學甚便。余遂禮郁為師。孔為余起數。縣考童生當十四名。府考七十一名。提學考第九名。明年赴考。三處名數皆合。復為卜終身休咎。言某年考第幾名。某年當補廩。某年當

貢。貢後某年當選四川一大尹。在任三年半。即宜告歸。五十三歲八月十四日丑時。當終於正寢。惜無子。余備錄而謹記之。自此以後。凡遇考校。其名數先後。皆不出孔公所懸定者。獨算余食廩米九十一石五斗當出貢。及食米七十餘石。屠宗師即批準補貢。余竊疑之。後果為署印楊公所駁。直至丁卯年。殷秋溟宗師見余場中備卷。歎曰。五策即五

篇奏議也。豈可使博洽淹貫之儒。老於窗下乎。遂依縣申文准貢。連前食米計之。實九十一石五斗也。余因此益信進退有命。遲速有時。澹然無求矣。貢入燕都。留京一年。終日靜坐。不閱文字。己巳歸。游南雍。未入監。先訪雲谷會禪師。於棲霞山中。對坐一室。凡三晝夜不瞑（註二）目。雲谷問曰。凡人所以不得作聖者。只為妄念相纏耳。汝坐三日

。不見起一妄念。何也。余曰。吾為孔先生算定。榮辱死生。皆有定數。即要妄想。亦無可妄想。雲谷笑曰。我待汝是豪傑。原來只是凡夫。問其故。曰。人未能無心。終為陰陽所縛。安得無數。但惟凡人有數。極善之人。數固拘他不定。極惡人之數。亦拘他不定。汝二十年來。被他算定。不會轉動一毫。豈非是凡夫。余問曰。然則數可逃乎。曰。

命由我作。福自己求。詩書所稱。的為明訓。我教典中說。求富貴得富貴。求男女得男女。求長壽得長壽。夫妄語乃釋迦大戒。諸佛菩薩。豈誑語欺人。余進曰。孟子言。求則得之。是求在我者也。道德仁義。可以力求。功名富貴。如何求得。雲谷曰。孟子之言不錯。汝自錯解了。汝不見六祖說。一切福田不離方寸。從心而覓。感無不通。求在我。

不獨得道德仁義。亦得功名富貴。內外雙得。是求有益於得也。若不返躬內省。而徒向外馳求。則求之有道。而得之有命矣。內外雙失。故無益。因問孔公算汝終身若何。余以實告。雲谷曰。汝自揣應得科第否。應生子否。余追省良久。曰。不應也。科第中人。類有福相。余福薄。又不能積功累行。以基厚福。兼不耐煩劇。不能容人。時或以才智

蓋人。直心直行。輕言妄談。凡此皆薄福之相也。豈宜科第哉。地之穢者多生物。水之清者常無魚。余好潔。宜無子者一。和氣能育萬物。余善怒。宜無子者二。愛為生生之本。忍為不育之根。余矜惜名節。常不能舍己救人。宜無子者三。多言耗氣。宜無子者四。喜飲鑠精。宜無子者五。好徹夜長坐。而不知葆元毓神。宜無子者六。其餘過惡尚多。

不能悉數。雲谷曰。豈惟科第哉。世間享千金之產者。定是千金人物。享百金之產者。定是百金人物。應餓死者。定是餓死人物。天不過因材而篤。幾曾加纖毫意思。即如生子。有百世之德者。定有百世子孫保之。有十世之德者。定有十世子孫保之。有三世二世之德者。定有三世二世子孫保之。其斬焉無後者。德至薄也。汝今既知非。將向來不發科

第。及不生子之相。盡情改刷。務要積德。務要包荒。務要和愛。務要惜精神。從前種種譬如昨日死。從後種種譬如今日生。此義理再生之身也。夫血肉之身。尚然有數。義理之身。豈不能格天。太甲曰。天作孽。猶可違。自作孽。不可活。詩云。永言配命。自求多福。孔先生算汝不登科第。不生子者。此天作之孽。猶可得而違。汝今擴充德性。力

行善事。多積陰德。此自己所作之福也。安得而不受享乎。易為君子謀趨吉避凶。若言天命有常。吉何可趨。凶何可避。開章第一義便說。積善之家。必有餘慶。汝信得及否。余信其言。拜而受教。因將往日之罪。佛前盡情發露。為疏一通。先求登科。誓行善事三千條。以報天地祖宗之德。雲谷出功過格示余。令所行之事。逐日登記。善則記數。惡

則退除。且教持準提咒。以期必驗。語余曰。符籙家有云。不會書符。被鬼神笑。此有祕傳。只是不動念也。執筆書符。先把萬緣放下。一塵不起。從此念頭不動處。下一點。謂之混沌開基。由此而一筆揮成。更無思慮。此符便靈。凡祈天立命。都要從無思無慮處感格。孟子論立命之學。而曰夭壽不貳。夫夭與壽。至貳者也。當其不動念時。孰為夭

。孰為壽。細分之。豐歉不貳。然後可立貧富之命。窮通不貳。然後可立貴賤之命。夭壽不貳。然後可立生死之命。人生世間。惟死生為重。夭壽則一切順逆皆該之矣。至修身以俟之。乃積德祈天之事。曰修。則身有過惡。皆當治而去之。曰俟。則一毫覬覦。一毫將迎。皆當斬絕之矣。到此地位。直造先天之境。即此便是實學。汝未能無心。但能持

準提咒。無記無數。不令間斷。持得純熟。於持中不持。於不持中持。到得念頭不動。則靈驗矣。余初號學海。是日改號了凡。蓋悟立命之說。而不欲落凡夫窠臼也。從此而後。終日兢兢。便覺與前不同。前日只是悠悠放任。到此自有戰兢惕厲景象。在暗室屋漏中。常恐得罪天地鬼神。遇人憎我毀我。自能恬然容受。到明年。禮部考科舉。孔先生算

該第三。忽考第一。其言不驗。而秋闈中式矣。然行義未純。檢身多誤。或見善而行之不勇。或救人而心常自疑。或身勉為善而口有過言。或醒時操持而醉後放逸。以過折功。日常虛度。自己巳歲發願。直至己卯歲。歷十餘年。而三千善行始完。時方從李漸庵入關。未及回向。庚辰南還。始請性空慧空諸上人。就東塔禪堂回向。遂起求子願。亦許行

三千善事。辛巳生汝天啟。余行一事。隨以筆記。汝母不能書。每行一事。輒用鵝毛管。印一硃圈於曆日之上。或施食貧人。或買放生命。一日有多至十餘圈者。至癸未八月。三千之數已滿。復請性空輩。就家庭回向。九月十三日。復起求進士願。許行善事一萬條。丙戌登第。授寶坻知縣。余置空格一冊。名曰治心編。晨起坐堂。家人攜付門役。置

案上。所行善惡。纖悉必記。夜則設桌於庭。效趙閱道焚香告帝。汝母見所行不多。輒顰蹙曰。我前在家。相助為善。故三千之數得完。今許一萬。衙中無事可行。何時得圓滿乎。夜間偶夢見一神人。余言善事難完之故。神曰。只減糧一節。萬行俱完矣。蓋寶坻之田。每畝二分三釐七毫。余為區處。減至一分四釐六毫。委有此事。心頗驚疑。適幻余

禪師自五臺來。余以夢告之。且問此事宜信否。師曰。善心真切。即一行可當萬善。況合縣減糧。萬民受福乎。吾即捐俸銀。請其就五臺山齋僧一萬而回向之。孔公算予五十三歲有厄。余未嘗祈壽。是歲竟無恙。今六十九矣。書曰。天難諶。命靡常。又云。惟命不於常。皆非誑語。吾於是而知。凡稱禍福自己求之者。乃聖賢之言。若謂禍福惟天所命

。則世俗之論矣。汝之命未知若何。即命當榮顯。常作落寞想。即時當順利。常作拂逆想。即眼前足食。常作貧窶想。即人相愛敬。常作恐懼想。即家世望重。常作卑下想。即學問頗優。常作淺陋想。

遠思揚祖宗之德。近思蓋父母之愆。上思報國之恩。下思造家之福。外思濟人之急。內思閑己之邪。

務要日日知非。日日改過。一日不知非。即一日安

於自是。一日無過可改。即一日無步可進。天下聰明俊秀不少。所以德不加修。業不加廣者。只為因循二字。耽閣一生。雲谷禪師所授立命之說。乃至精至邃至真至正之理。其熟玩而勉行之。毋自曠也。

改過之法

春秋諸大夫。見人言動。億而談其禍福。靡不驗者

。左國諸記可觀也。大都吉凶之兆。萌乎心而動乎四體。其過於厚者常獲福。過於薄者常近禍。俗眼多翳。謂有未定而不可測者。至誠合天。福之將至。觀其善而必先知之矣。禍之將至。觀其不善而必先知之矣。今欲獲福而遠禍。未論行善。先須改過。但改過者。第一要發恥心。思古之聖賢。與我同為丈夫。彼何以百世可師。我何以一身瓦裂。耽染

塵情。私行不義。謂人不知。傲然無愧。將日淪於禽獸而不自知矣。世之可羞可恥者。莫大乎此。孟子曰。恥之於人大矣。以其得之則聖賢。失之則禽獸耳。此改過之要機也。第二要發畏心。天地在上。鬼神難欺。吾雖過在隱微。而天地鬼神。實鑒臨之。重則降之百殃。輕則損其現福。吾何可以不懼。不惟是也。閒居之地。指視昭然。吾雖掩之甚密

。文之甚巧。而肺肝早露。終難自欺。被人覷破。不值一文矣。烏得不懍懍。不惟是也。一息尚存。彌天之惡。猶可悔改。古人有一生作惡。臨死悔悟。發一善念。遂得善終者。謂一念猛厲。足以滌百年之惡也。譬如千年幽谷。一燈纔照。則千年之暗俱除。故過不論久近。惟以改為貴。但塵世無常。肉身易殞。一息不屬。欲改無由矣。明則千百年擔

負惡名。雖孝子慈孫。不能洗滌。幽則千百劫沉淪獄報。雖聖賢佛菩薩。不能援引。烏得不畏。第三須發勇心。人不改過。多是因循退縮。吾須奮然振作。不用遲疑。不煩等待。小者如芒刺（註二）在肉。速與抉剔。大者如毒蛇嚙指。速與斬除。無絲毫凝滯。此風雷之所以為益也。具是三心。則有過斯改。如春冰遇日。何患不消乎。然人之過。有從事上

改者。有從理上改者。有從心上改者。工夫不同。效驗亦異。如前日殺生。今戒不殺。前日怒詈。今戒不怒。此就其事而改之者也。強制於外。其難百倍。且病根終在。東滅西生。非究竟廓然之道也。善改過者。未禁其事。先明其理。如過在殺生。即思曰。上帝好生。物皆戀命。殺彼養己。豈能自安。且彼之殺也。既受屠割。復入鼎鑊。種種痛苦。

徹入骨髓。己之養也。珍膏羅列。食過即空。疏食菜羹。儘可充腹。何必戕彼之生。損己之福哉。又思血氣之屬。皆含靈知。既有靈知。皆我一體。縱不能躬修至德。使之尊我親我。豈可日戕物命。使之仇我憾我於無窮也。一思及此。將有對食傷心。不能下咽者矣。如前日好怒。必思曰。人有不及。情所宜矜。悖理相干。於我何與。本無可怒者。又

思天下無自是之豪傑。亦無尤人之學問。行有不得。皆己之德未修。感未至也。吾悉以自反。則謗毀之來。皆磨煉玉成之地。我將歡然受賜。何怒之有。又聞謗而不怒。雖讒燄薰天。如舉火焚空。終將自息。聞謗而怒。雖巧心力辯。如春蠶作繭。自取纏綿。怒不惟無益。且有害也。其餘種種過惡。皆當據理思之。此理既明。過將自止。何謂從心而改

。過有千端。惟心所造。吾心不動。過安從生。學者於好色好名好貨好怒種種諸過。不必逐類尋求。但當一心為善。正念現前。邪念自然污染不上。如太陽當空。魍魎潛消。此精一之真傳也。過由心造。亦由心改。如斬毒樹。直斷其根。奚必枝枝而伐。葉葉而摘哉。大抵最上治心。當下清淨。纔動即覺。覺之即無。苟未能然。須明理以遣之。又未能

然。須隨事以禁之。以上事而兼行下功。未為失策。執下而昧上。則拙矣。顧發願改過。明須良朋提醒。幽須鬼神證明。一心懺悔。晝夜不懈。經一七二七。以至一月二月三月。必有效驗。或覺心神恬曠。或覺智慧頓開。或處冗沓而觸念皆通。或遇怨仇而回瞋作喜。或夢吐黑物。或夢往聖先賢。提攜接引。或夢飛步太虛。或夢幢幡寶蓋。種種勝事。

皆過消罪滅之象也。然不得執此自高。畫而不進。昔蘧伯玉當二十歲時。已覺前日之非而盡改之矣。至二十一歲。乃知前之所改未盡也。及二十二歲。回視二十一歲。猶在夢中。歲復一歲。遞遞改之。行年五十。而猶知四十九年之非。古人改過之學如此。吾輩身為凡流。過惡蝟集。而回思往事。常若不見其有過者。心粗而眼翳也。然人之過惡深重者

。亦有效驗。或心神昏塞。轉頭即忘。或無事而常煩惱。或見君子而赧然消沮。或聞正論而不樂。或施惠而人反怨。或夜夢顛倒。甚則妄言失志。皆作孽之相也。苟一類此。即須奮發。舍舊圖新。幸勿自誤。

積善之方

易曰。積善之家。必有餘慶。昔顏氏將以女妻叔梁

紇。而歷敘其祖宗積德之長。逆知其子孫必有興者。孔子稱舜之大孝。曰。宗廟饗之。子孫保之。皆至論也。試以往事徵之。楊少師榮。建寧人。世以濟渡為生。久雨溪漲。橫流衝毀民居。溺死者順流而下。他舟皆撈取貨物。獨少師曾祖及祖惟救人。而貨物一無所取。鄉人嗤其愚。逮少師父生。家漸裕。有神人化為道者。語之曰。汝祖父有陰功。子

孫當貴顯。宜葬某地。遂依其所指而窆之。即今白免墳也。後生少師。弱冠登第。位至三公。加曾祖祖父如其官。子孫貴盛。至今尚多賢者。鄞人楊自懲。初為縣吏。存心仁厚。守法公平。時縣宰嚴肅。偶撻一囚。血流滿前。而怒猶未息。楊跪而寬解之。宰曰。怎柰此人越法悖理。不由人不怒。自懲叩首曰。上失其道。民散久矣。如得其情。哀矜勿

喜。喜且不可。而況怒乎。宰為之霽顏。家甚貧。饋遺一無所取。遇囚人乏糧。常多方以濟之。一日有新囚數人待哺。家又缺米。給囚則家人無食。自顧則囚人堪憫。與其婦商之。婦曰。囚從何來。曰。自杭而來。沿路忍饑。菜色可掬。因撤己之米。煑粥以食囚。後生二子。長曰守陳。次曰守址。為南北吏部侍郎。長孫為刑部侍郎。次孫為四川廉憲

。又俱為名臣。今楚亭德政。亦其裔也。昔正統間。鄧茂七倡亂於福建。士民從賊者甚眾。朝廷起鄞縣張都憲楷南征。以計擒賊。後委布政司謝都事。搜殺東路賊黨。謝求賊中黨附冊籍。凡不附賊者。密授以白布小旗。約兵至日。插旗門首。戒軍兵無妄殺。全活萬人。後謝之子遷。中狀元。為宰輔。孫丕。復中探花。莆田林氏。先世有老母好善。常

作粉團施人。求取即與之。無倦色。一仙化為道人。每旦索食六七團。母日日與之。終三年如一日。乃知其誠也。因謂之曰。吾食汝三年粉團。何以報汝。府後有一地。葬之。子孫官爵。有一升麻子之數。其子依所點葬之。初世即有九人登第。累代簪纓甚盛。福建有無林不開榜之謠。馮琢庵太史之父。為邑庠生。隆冬早起赴學。路遇一人。倒臥雪中

。捫之半殭矣。遂解己綿裘衣之。且扶歸救甦。夢神告之曰。汝救人一命。出至誠心。吾遣韓琦為汝子。及生琢庵。遂名琦。台州應尚書。壯年習業於山中。夜鬼嘯集。往往驚人。公不懼也。一夕聞鬼云。某婦以夫久客不歸。翁姑逼其嫁人。明夜當縊死於此。吾得代矣。公潛賣田。得銀四兩。即偽作其夫之書。寄銀還家。其父母見書。以手跡不類疑

之。既而曰。書可假。銀不可假。想兒無恙。婦遂不嫁。其子後歸。夫婦相保如初。公又聞鬼語曰。我當得代。柰此秀才壞吾事。傍一鬼曰。爾何不禍之。曰。上帝以此人心好。命作陰德尚書矣。吾何得而禍之。應公因此益自努勵。善日加修。德日加厚。遇歲饑。輒捐穀以賑之。遇親戚有急。輒委曲維持。遇有橫逆。輒反躬自責。怡然順受。子孫登

科第者。今累累也。常熟徐鳳竹栻。其父素富。偶遇年荒。先捐租以為同邑之倡。又分穀以賑貧乏。夜聞鬼唱於門曰。千不誆。萬不誆。徐家秀才做到了舉人郎。相續而呼。連夜不斷。是歲。鳳竹果舉於鄉。其父因而益積德。孳孳不怠。修橋修路。齋僧接眾。凡有利益。無不盡心。後又聞鬼唱於門曰。千不誆。萬不誆。徐家舉人直做到都堂。鳳竹官

終兩浙巡撫。嘉興屠康僖公。初為刑部主事。宿獄中。細詢諸囚情狀。得無辜者若干人。公不自以為功。密疏其事。以白堂官。後朝審。堂官摘其語。以訊諸囚。無不服者。釋冤抑十餘人。一時輦下咸頌尚書之明。公復稟曰。輦轂之下。尚多冤民。四海之廣。兆民之眾。豈無枉者。宜五年差一減刑官。覈實而平反之。尚書為奏。允其議。時公亦差減

刑之列。夢一神告之曰。汝命無子。今減刑之議。深合天心。上帝賜汝三子。皆衣紫腰金。是夕。夫人有娠。後生應塤。應坤。應埈。皆顯官。嘉興包憑。字信之。其父為池陽太守。生七子。憑最少。贅平湖袁氏。與吾父往來甚厚。博學高才。累舉不第。留心二氏之學。一日東游泖湖。偶至一村寺中。見觀音像。淋漓露立。即解橐中得十金。授主僧

。令修屋宇。僧告以功大銀少。不能竣事。復取松布四疋。檢篋中衣七件與之。內紵褶。係新置。其僕請已之。憑曰。但得聖像無恙。吾雖裸裎何傷。僧垂淚曰。舍銀及衣布。猶非難事。只此一點心。如何易得。後功完。拉老父同遊。宿寺中。公夢伽藍來謝曰。汝子當享世祿矣。後子汴。孫檉芳。皆登第。作顯官。嘉善支立之父。為刑房吏。有因無

辜陷重辟。意哀之。欲求其生。因語其妻曰。支公嘉意。愧無以報。明日延之下鄉。汝以身事之。彼或肯用意。則我可生也。其妻泣而聽命。及至。妻自出勸酒。具告以夫意。支不聽。卒為盡力平反之。囚出獄。夫妻登門叩謝曰。公如此厚德。晚世所稀。今無子。吾有弱女。送為箕帚妾。此則禮之可通者。支為備禮而納之。生立。弱冠中魁。官至翰

林孔目。立生高。高生祿。皆貢為學博。祿生大綸。登第。凡此十條。所行不同。同歸於善而已。若復精而言之。則善有真有假。有端有曲。有陰有陽。有是有非。有偏有正。有半有滿。有大有小。有難有易。皆當深辨。為善而不窮理。則自謂行持。豈知造孽。枉費苦心。無益也。何謂真假。昔有儒生數輩。謁中峯和尚。問曰。佛氏論善惡報應。如

影隨形。今某人善。而子孫不興。某人惡。而家門隆盛。佛說無稽矣。中峯云。凡情未滌。正眼未開。認善為惡。指惡為善。往往有之。不憾己之是非顛倒。而反怨天之報應有差乎。眾曰。善惡何致相反。中峯令試言其狀。一人謂詈人毆人是惡。敬人禮人是善。中峯云。未必然也。一人謂貪財妄取是惡。廉潔有守是善。中峯云。未必然也。眾人歷言

其狀。中峯皆謂不然。因請問。中峯告之曰。有益於人是善。有益於己是惡。有益於人。則毆人詈人皆善也。有益於己。則敬人禮人皆惡也。是故人之行善。利人者公。公則為真。利己者私。私則為假。又根心者真。襲跡者假。又無為而為者真。有為而為者假。皆當自考。何謂端曲。今人見謹愿之士。類稱為善而取之。聖人則寧取狂狷。至於謹愿之

士。雖一鄉皆好。而必以為德之賊。是世人之善惡。分明與聖人相反。推此一端。種種取舍。無有不謬。天地鬼神之福善禍淫。皆與聖人同是非。而不與世俗同取舍。凡欲積善。決不可徇耳目。惟從心源隱微處。默默洗滌。純是濟世之心則為端。苟有一毫媚世之心即為曲。純是愛人之心則為端。有一毫憤世之心即為曲。純是敬人之心則為端。有一毫

玩世之心即為曲。皆當細辨。何謂陰陽。凡為善而人知之。則為陽善。為善而人不知。則為陰德。陰德天報之。陽善享世名。名亦福也。名者。造物所忌。世之享盛名而實不副者。多有奇禍。人之無過咎而橫被惡名者。子孫往往驟發。陰陽之際微矣哉。何謂是非。魯國之法。魯人有贖人臣妾於諸侯。皆受金於府。子貢贖人而不受金。孔子聞而惡之。

曰。賜失之矣。夫聖人舉事可以移風易俗。而教道可施於百姓。非獨適己之行也。今魯國富者寡而貧者眾。受金則為不廉。何以相贖乎。自今以後。不復贖人於諸侯矣。子路拯人於溺。其人謝之以牛。子路受之。孔子喜曰。自今魯國多拯人於溺矣。自俗眼觀之。子貢不受金為優。子路之受牛為劣。孔子則取由而黜賜焉。乃知人之為善。不論現行而論

流弊。不論一時而論久遠。不論一身而論天下。現行雖善。而其流足以害人。則似善而實非也。現行雖不善。而其流足以濟人。則非善而實是也。然此就一節論之耳。他如非義之義。非禮之禮。非信之信。非慈之慈。皆當決擇。何謂偏正。昔呂文懿公初辭相位。歸故里。海內仰之。如泰山北斗。有一鄉人。醉而詈之。呂公不動。謂其僕曰。醉者勿與

較也。閉門謝之。逾年。其人犯死刑入獄。呂公始悔之曰。使當時稍與計較。送公家責治。可以小懲而大戒。吾當時只欲存心於厚。不謂養成其惡。以至於此。此以善心而行惡事者也。又有以惡心而行善事者。如某家大富。值歲荒。窮民白晝搶粟於市。告之縣。縣不理。窮民愈肆。遂私執而困辱之。眾始定。不然。幾亂矣。故善者為正。惡者為偏。

人皆知之。其以善心而行惡事者。正中偏也。以惡心而行善事者。偏中正也。不可不知也。何謂半滿。易曰。善不積。不足以成名。惡不積。不足以滅身。書曰。商罪貫盈。如貯物於器。勤而積之則滿。懈而不積則不滿。此一說也。昔有某氏女入寺。欲施而無財。止有錢二文。捐而與之。主席者親為懺悔。及後入宮富貴。攜數千金入寺捨之。主僧惟

令其徒回向而已。因問曰。吾前施錢二文。師親為懺悔。今施數千金。而師不回向。何也。曰。前者物雖薄。而施心甚真。非老僧親懺。不足報德。今物雖厚。而施心不若前日之切。令人代懺足矣。此千金為半。而二文為滿也。鍾離授丹於呂祖。點鐵為金。可以濟世。呂問曰。終變否。曰。五百年後。當復本質。呂曰。如此則害五百年後人矣。吾不

願為也。曰。修仙要積三千功行。汝此一言。三千功行已滿矣。此又一說也。又為善而心不著善。則隨所成就。皆得圓滿。心著於善。雖終身勤勵。止於半善而已。譬如以財濟人。內不見己。外不見人。中不見所施之物。是謂三輪體空。是謂一心清淨。則斗粟可以種無涯之福。一文可以消千劫之罪。倘此心未忘。雖黃金萬鎰。福不滿也。此又一說也

。何謂大小。昔衛仲達為館職。被攝至冥司。主者命吏呈善惡二錄。比至。則惡錄盈庭。其善錄一軸。僅如筯而已。索秤稱之。則盈庭者反輕。而如筯者反重。仲達曰。某年未四十。安得過惡如是多乎。曰。一念不正即是。不待犯也。因問軸中所書何事。曰。朝廷嘗興大工。修三山石橋。君上疏諫之。此疏稿也。仲達曰。某雖言。朝廷不從。於事無

補。而能有如是之力。曰。朝廷雖不從。君之一念。已在萬民。向使聽從。善力更大矣。故志在天下國家。則善雖少而大。苟在一身。雖多亦小。何謂難易。先儒謂克己須從難克處克將去。夫子論為仁。亦曰先難。必如江西舒翁。捨二年僅得之束修。代償官銀。而全人夫婦。與邯鄲張翁。捨十年所積之錢。代完贖銀。而活人妻子。皆所謂難捨處能捨

也。如鎮江靳翁。雖年老無子。不忍以幼女為妾。而還之鄰。此難忍處能忍也。故天降之福亦厚。凡有財有勢者。其立德皆易。易而不為。是為自暴。貧賤作福皆難。難而能為。斯可貴耳。隨緣濟眾。其類至繁。約言其綱。大約有十。第一與人為善。第二愛敬存心。第三成人之美。第四勸人為善。第五救人危急。第六興建大利。第七捨財作福。第八

護持正法。第九敬重尊長。第十愛惜物命。何謂與人為善。昔舜在雷澤。見漁者皆取深潭厚澤。而老弱則漁於急流淺灘之中。惻然哀之。往而漁焉。見爭者。皆匿其過而不談。見有讓者。則揄揚而取法之。朞年。皆以深潭厚澤相讓矣。夫以舜之明哲。豈不能出一言教眾人哉。乃不以言教而以身轉之。此良工苦心也。吾輩處末世。勿以己之長而蓋人。

勿以己之善而形人。勿以己之多能而困人。收斂才智。若無若虛。見人過失。且涵容而掩覆之。一則令其可改。一則令其有所顧忌而不敢縱。見人有微長可取。小善可錄。翻然舍己而從之。且為豔稱而廣述之。凡日用間。發一言。行一事。全不為自己起念。全是為物立則。此大人天下為公之度也。何謂愛敬存心。君子與小人。就形迹觀。常易相混。

惟一點存心處。則善惡懸絕。判然如黑白之相反。故曰。君子所以異於人者。以其存心也。君子所存之心。只是愛人敬人之心。蓋人有親疏貴賤。有智愚賢不肖。萬品不齊。皆吾同胞。皆吾一體。孰非當敬愛者。愛敬眾人。即是愛敬聖賢。能通眾人之志。即是通聖賢之志。何者。聖賢之志。本欲斯世斯人。各得其所。吾合愛合敬。而安一世之人。即

是為聖賢而安之也。何謂成人之美。玉之在石。抵擲則瓦礫。追琢則圭璋。故凡見人行一善事。或其人志可取而資可進。皆須誘掖而成就之。或為之獎借。或為之維持。或為白其誣而分其謗。務使之成立而後已。大抵人各惡其非類。鄉人之善者少。不善者多。善人在俗。亦難自立。且豪傑錚錚。不甚修形迹。多易指摘。故善事常易敗。而善人常得謗

。惟仁人長者。匡直而輔翼之。其功德最宏。何謂勸人為善。生為人類。孰無良心。世路役役。最易沒溺。凡與人相處。當方便提撕。開其迷惑。譬猶長夜大夢。而令之一覺。譬猶久陷煩惱。而拔之清涼。為惠最溥。韓愈云。一時勸人以口。百世勸人以書。較之與人為善。雖有形迹。然對證發藥。時有奇效。不可廢也。失言失人。當反吾智。何謂救

人危急。患難顛沛。人所時有。偶一遇之。當痌瘝之在身。速為解救。或以一言伸其屈抑。或以多方濟其顛連。崔子曰。惠不在大。赴人之急可也。蓋仁人之言哉。何謂興建大利。小而一鄉之內。大而一邑之中。凡有利益。最宜興建。或開渠導水。或築隄防患。或修橋梁以便行旅。或施茶飯以濟飢渴。隨緣勸導。協力興修。勿避嫌疑。勿辭勞怨。何

謂捨財作福。釋門萬行。以布施為先。所謂布施者。只是捨之一字耳。達者內捨六根。外捨六塵。一切所有。無不捨者。苟非能然。先從財上布施。世人以衣食為命。故財為最重。吾從而捨之。內以破吾之慳。外以濟人之急。始而勉強。終則泰然。最可以蕩滌私情。祛除執吝。何謂護持正法。法者。萬世生靈之眼目也。不有正法。何以參贊天地。何

以裁成萬物。何以脫塵離縛。何以經世出世。故凡見聖賢廟貌。經書典籍。皆當敬重而修飭之。至於舉揚正法。上報佛恩。尤當勉勵。何謂敬重尊長。家之父兄。國之君長。與凡年高德高位高識高者。皆當加意奉事。在家而奉侍父母。使深愛婉容。柔聲下氣。習以成性。便是和氣格天之本。出而事君。行一事。毋謂君不知而自恣也。刑一人。毋謂君

不知而作威也。事君如天。古人格論。此等處最關陰德。試看忠孝之家。子孫未有不緜遠而昌盛者。切須慎之。何謂愛惜物命。凡人之所以為人者。惟此惻隱之心而已。求仁者求此。積德者積此。周禮。孟春之月。犧牲毋用牝。孟子謂君子遠庖廚。所以全吾惻隱之心也。故前輩有四不食之戒。謂聞殺不食。見殺不食。自養者不食。專為我殺者不食。

學者未能斷肉。且當從此戒之。漸漸增進。慈心愈長。不特殺生當戒。蠢動含靈。皆為物命。求絲煮繭。鋤地殺蟲。念衣食之由來。皆殺彼以自活。故暴殄之孽。當與殺生等。至於手所誤傷。足所誤踐者。不知其幾。皆當委曲防之。古詩云。為鼠常留飯。憐蛾不點燈。何其仁也。善行無窮。不能殫述。由此十事而推廣之。則萬德可備矣。

謙德之效

易曰。天道虧盈而益謙。地道變盈而流謙。鬼神害盈而福謙。人道惡盈而好謙。是故謙之一卦。六爻皆吉。書曰。滿招損。謙受益。予屢同諸公應試。每見寒士將達。必有一段謙光可掬。辛未計偕。我嘉善同袍凡十人。惟丁敬宇賓。年最少。極其謙虛。予告費錦坡曰。此兄今年必第。費曰。何以見之

。予曰。惟謙受福。兄看十人中。有恂恂款款。不敢先人。如敬宇者乎。有恭敬順承。小心謙畏。如敬宇者乎。有受侮不答。聞謗不辯。如敬宇者乎。人能如此。即天地鬼神。猶將佑之。豈有不發者。及開榜。丁果中式。丁丑在京。與馮開之同處。見其虛己斂容。大變其幼年之習。李霽巖直諒益友。時面攻其非。但見其平懷順受。未嘗有一言相報。

予告之曰。福有福始。禍有禍先。此心果謙。天必相之。兄今年決第矣。已而果然。趙裕峯。光遠。山東冠縣人。童年舉於鄉。久不第。其父為嘉善三尹。隨之任。慕錢明吾。而執文見之。明吾悉抹其文。趙不惟不怒。且心服而速改焉。明年遂登第。壬辰歲。予入覲。晤夏建所。見其人氣虛意下。謙光逼人。歸而告友人曰。凡天將發斯人也。未發其

福。先發其慧。此慧一發。則浮者自實。肆者自斂。建所溫良若此。天啟之矣。及開榜。果中式。江陰張畏巖。積學工文。有聲藝林。甲午。南京鄉試。寓一寺中。揭曉無名。大罵試官。以為瞇目。時有一道者。在傍微笑。張遽移怒道者。道者曰。相公文必不佳。張益怒曰。汝不見我文。烏知不佳。道者曰。聞作文。貴心氣和平。今聽公罵詈。不平

甚矣。文安得工。張不覺屈服。因就而請教焉。道者曰。中全要命。命不該中。文雖工。無益也。須自己做個轉變。張曰。既是命。如何轉變。道者曰。造命者天。立命者我。力行善事。廣積陰德。何福不可求哉。張曰。我貧士。何能為。道者曰。善事陰功。皆由心造。常存此心。功德無量。且如謙虛一節。並不費錢。你如何不自反。而罵試官乎。

張由此折節自持。善日加修。德日加厚。丁酉。夢至一高房。得試錄一冊。中多缺行。問旁人。曰。此今科試錄。問。何多缺名。曰。科第陰間三年一考較。須積德無咎者。方有名。如前所缺。皆係舊該中式。因新有薄行而去之者也。後指一行云。汝三年來。持身頗慎。或當補此。幸自愛。是科果中一百五名。由此觀之。舉頭三尺。決有神明。趨吉

避凶。斷然由我。須使我存心制行。毫不得罪於天地鬼神。而虛心屈己。使天地鬼神。時時憐我。方有受福之基。彼氣盈者必非遠器。縱發亦無受用。稍有識見之士。必不忍自狹其量。而自拒其福也。況謙則受教有地。而取善無窮。尤修業者所必不可少者也。古語云。有志於功名者。必得功名。有志於富貴者。必得富貴。人之有志。如樹之有根。立

定此志。須念念謙虛。塵塵方便。自然感動天地。而造福由我。今之求登科第者。初未嘗有真志。不過一時意興耳。興到則求。興闌則止。孟子曰。王之好樂甚。齊其庶幾乎。予於科名亦然。

了凡四訓講記

一、立命之學

本書共分四篇，第一篇「立命之學」。立命是說命運決定有，但是命運是可以改造的。什麼人主宰命運？自己。自己主宰命運，自己當然能改造命運，這是立命之學的原理。

余童年喪父。老母命棄學舉業學醫。謂可以養生。可以濟人。且習一藝以成名。爾父夙心也。

「余」，了凡先生自稱。「舉業」，讀書求取功名。了凡先生童年時，父親很早過世，家境並不富裕，母親勸他不要念書，希望他能學醫，這樣既可以養活自己，也能救濟一些病苦之人，而且這也是他

父親的心願。人能有技術謀生，在物質生活上就不會缺乏。如果醫術精明，成為一代名醫，也可以說是大善知識。

古時候念書，目的是考取功名，志在為社會大眾服務，這是好事情。如果沒有天分，沒有福報，沒有緣分，這也是不能強求的。

宋朝名宰相范仲淹，童年的時候遇到一位算命的老先生，他問算命先生：「你看我將來能不能作宰相？」

算命先生就笑他：「你年紀輕輕，過分自負！」

范仲淹把話題一轉，說：「你再看看，我能不能作醫生？」

算命先生覺得很奇怪，怎麼一下從作宰相降到作醫生，就問他：「這是什麼意思？」

范仲淹說：「唯有宰相跟醫生能夠救人。」

算命先生送他一句話：「你有這種心，真宰相也。」

後來，他果然做了宰相。由此可知，范仲淹從小立志是以救天下為己任，所以勤奮好學，目標不是為自己，而是為幫助社會、國家，幫助世人離苦得樂。

從這個故事就能體會到古人讀書志在聖賢。何謂「聖」？對於宇宙人生的真相與因果道理通達明瞭的人，叫做聖人，在佛門稱為佛菩薩。所以，佛菩薩是人，不是神，也不是仙，是個明白人；凡夫對於宇宙人生真相不清楚，是個糊塗人。所以，佛勸導眾生要學佛，學佛就是學做個明白人，不要做糊塗人。

後余在慈雲寺。遇一老者。修髯偉貌。飄飄若仙。余敬禮之。

「慈雲」，是比喻佛陀的教誨、教學。「慈」是愛，「雲」代

表無心，就是無私心。「慈雲」就是無私心的大愛，以真誠的愛心、清淨的愛心、平等的愛心，愛護一切眾生。「寺」是古代朝廷永久設立，直屬皇帝管轄的一級單位。在當時建立佛寺主要的工作，第一是將梵文經典翻譯成中文，第二是講經教學。所以，佛教是佛陀教育，不是宗教，這是我們要辨別清楚的。

中國從後漢以後，教育有兩大主導，一是佛陀教育，一是儒家教育。儒家以孔孟為主導，由禮部尚書（相當於現在的教育部長）負責推動儒家的教育；佛陀教育直接由皇帝親自推動。所以，佛教在中國民間的影響遠遠超過儒家。

全國各地佛教寺院林立，都是教學的場所，因為中國古代學校少，大多數人都到寺院來讀書。寺院藏經樓就像圖書館，不僅陳列佛教典籍，諸子百家、三教九流的典籍無不收藏，內容非常豐富。出家人都是有學有修的學者，所以讀書人借住在寺院，既可以利用藏書，

有疑問時也可以向出家人請教，這是寺院真正的功能。可是現在幾乎變質了，這是非常可悲的一個現象。

我們稱出家人為法師，「師」是老師，遵照佛陀的理論與教學方法，自己如是修行，亦如是教化眾生。佛教教學是多元文化的教育，不分國家，不分種族，不分宗教，有教無類，平等教學。只要你肯學，法師都會認真教導，而且都是義務，不計報酬的。

了凡先生十五歲時，在慈雲寺遇到一位老人，「修髯偉貌」，是鬍鬚很長，相貌魁梧。「飄飄若仙」，是指不像凡人的樣子。了凡先生看到之後，對老人生起恭敬心。由此可知，人能不能成就，就看這些地方，一分恭敬就有一分成就，十分恭敬就有十分成就。了凡先生從小家教好，雖然年紀輕輕，處事待人接物很懂規矩，這才能討人歡喜。

語余曰。子仕路中人也。明年即進學。何不讀書。余告以故。並叩老者姓氏里居。曰。吾姓孔。雲南人也。得邵子皇極數正傳。數該傳汝。

這個老人告訴他，你有作官的命，明年就會考取秀才，為什麼不讀書？他就把母親叫他不要念書，去學醫的緣故告訴老人。並向老人請教貴姓，從何處來？老人告訴他，姓孔，雲南人，得邵康節先生《皇極經世書》之正傳，從定數上來看，應該傳給你。

《皇極經世書》屬於高等數學，一個人的命運，乃至國家、世界的命運，都可以從《易經》卦數來斷定。

孔先生何以一見了凡這位十五歲的小孩，就要把自己平生所學傳授給他？這是緣分，同時也是了凡先生好學，知道禮敬、謙虛、誠

懇，這是他本身具足法器的資格，所以有條件接受大法的傳承。

如果你對於學問、德行、道業沒有誠意，對於長者沒有敬意，縱然遇到賢德之人，人家想傳授給你，你不能接受，也無可奈何！古時候，高僧大德以及世間的學者，一生最大的願望就是找到傳人。一個有學問、有道德的人，自己一生縱然建功立業，成就輝煌，如果沒有傳人，死了之後，事業也就告終，那這個成就就不是真正的成就，圓滿的成就一定要後繼有人。如果是真實偉大的成就，他的傳人成就必定在他之上。所以，他要全心全力栽培他的傳人，決定沒有嫉妒、障礙，這是我們應當要學習的。

余引之歸。告母。母曰。善待之。試其數。纖悉皆驗。余遂起讀書之念。謀之表兄沈稱。言郁海谷先生。在沈友夫家開館。我送汝寄學甚便。余遂禮郁為師。

「開館」就是教私塾。了凡先生引導孔先生回家，並告訴母親這件事。母親說：「好好招待他，並試試他算得靈不靈。」一試，果然很靈。因此，他對孔先生的推算就有信心，也生起讀書的念頭。於是跟他的表兄商量，到郁海谷先生那裡寄學，了凡先生就拜郁先生為師。

孔為余起數。縣考童生當十四名。府考七十一名。提學考第九名。明年赴考。三處名數皆合。復為卜終身休咎。言某年考第幾名。某年當補廩。某年當貢。貢後某年當選四川一大尹。在任三年半。即宜告歸。五十三歲八月十四日丑時。當終於正寢。惜無子。余備錄而謹記之。

「提學」，相當於省教育廳長。「補廩」，廩是廩生，這是秀才

的一個等級，領取國家發給的米糧，相當於現在的公費生，但是有一定的名額，有缺額才能補。「當貢」，貢生是秀才的最高階級，廩生為其次，貢生就有資格入太學讀書。「大尹」，是縣長。

孔先生替他推算說：「你明年縣考秀才是十四名，府考是七十一名，提學考第九名。」明年是十六歲，果然考取了，而且名數完全吻合。可見得孔先生算命的功夫相當高明，他不是江湖術士，他是個真正有實學的數術專家。

了凡先生經過這一年三次考試，與孔先生所算完全相符，這才真正相信命運，於是請孔先生為他算一生的吉凶禍福。孔先生告訴他，你在某年參加考試考第幾名，某年你可以補廩，某年當貢。你在出貢後某一年，就會當選四川大尹，在任三年半就要告老還鄉。五十三歲八月十四日丑時，壽終正寢。可惜命中無子。他將孔先生為他算一生的流年休咎，做了備忘錄。

自此以後。凡遇考校。其名數先後。皆不出孔公所懸定者。獨算余食廩米九十一石五斗當出貢。及食米七十餘石。屠宗師即批準補貢。余竊疑之。

「懸定」就是算定。「宗師」是當時的提學，管一省的教育。自此以後，每年讀書考試，名次都被孔先生算定，絲毫不差。唯獨他當廩生，領國家九十一石五斗米糧時，就能從廩生升到貢生，這一點好像算得不太準。因為他領廩米七十餘石時，屠宗師就批准補貢生。因此，他心中開始有了疑惑。

後果為署印楊公所駁。直至丁卯年。殷秋溟宗師見余場中備卷。歎曰。五策即五篇奏議也。豈可使博洽淹貫之儒。老於窗下乎。遂依縣申文准貢。連前食米計之。實九十一石五斗也。余因此益信進退

有命。遲速有時。澹然無求矣。

「署印」，是代理提學。「五策」，是五篇論文。「奏議」，是從前大臣對皇帝建議的文字。「博」，是見聞廣博，學識豐富。「洽」，是對理論了解得很透徹。「淹」，是文義透徹。「貫」，是功夫一貫。

屠宗師批准他補貢的文件，被代理提學楊先生駁回，不准他補貢。一直到丁卯年，了凡先生三十三歲，這時主持教育的長官殷秋溟先生，在閒暇時重新翻閱考卷，突然發現了凡先生的考卷，非常感嘆的說：「這五篇文章的見解與文字，等於五篇奏議，寫得真好！怎麼能使這樣一位有學問、有德行的人，老於窗下，一輩子當窮秀才！」於是再次為他申請補貢，這一次批准了。孔先生算得一點也沒錯，確實他的廩生米領到九十一石五斗才出貢。這時他才完全相信一個人

有命運，遲早都有定時，強求不得。於是他的心定了下來，妄念沒有了，真正做到「於人無爭，於世無求」。

這種人是標準凡夫，而我們連標準凡夫都做不到，一天到晚胡思亂想，到處妄求。所謂「命裡有時終須有，命裡無時莫強求」，哪裡求得到？

貢入燕都。留京一年。終日靜坐。不閱文字。己巳歸。游南雍。未入監。先訪雲谷會禪師。於棲霞山中。對坐一室。凡三晝夜不瞑（註二）目。

「燕都」，就是北京。「南雍」，是南京的國子監（國家大學）。升為貢生就要到國子監念書。

了凡先生在北京住了一年，他終日靜坐，不閱文字。因為既然一

切皆是命，想什麼都是枉然，所以把妄念止住了。實在說，他是被命運所拘，無可奈何。

第二年，他從北京回到南京的國子監。在沒有上學之前，先到南京棲霞寺訪問雲谷禪師。「雲谷」是大師的號，法名是「法會」。雲谷禪師是當時佛門的一位高僧大德，十九歲開始參學，尋師訪道，開悟之後，韜光養晦，專做苦行。以後被一些地方名士、官員發現，幫助大師復興了棲霞道場。但是他老人家無意於名聞利養，在山後人跡罕至的「天開巖」苦修。

大師平常接眾，不管誰去訪問，一句話都不說，只丟一個蒲團叫你參「父母未生前本來面目」。了凡先生去參訪，跟雲谷大師對坐三天三夜，未曾說一句話。

雲谷問曰。凡人所以不得作聖者。只為妄念相纏耳。汝坐三日。不

見起一妄念。何也。

雲谷禪師說：「凡夫所以不能成為聖人，就是因為妄想、分別、執著纏縛，心定不下來。你靜坐三日，不見你有妄念起來，這是什麼緣故？」平常很少說話的雲谷禪師遇到了凡先生，跟他說了這麼多話，這也是特別的緣分。人與人之間確實有時節因緣，他遇到雲谷禪師，這才開始轉變命運，「立命之學」就是雲谷禪師傳授給他的。

余曰。吾為孔先生算定。榮辱死生。皆有定數。即要妄想。亦無可妄想。

他說自己的命運被孔先生算定，「榮辱死生，皆有定數」，二十年來沒有絲毫誤差，想起心動念也是枉然，因此把心定下來了。

了凡先生一生如果按照命運過日子，到五十三歲壽終正寢，一生

沒有大過失，來生肯定不墮三惡道，這是標準凡夫。凡人只要有妄念在，就不能沒有數，也就是說，你就不能沒有定命；如果沒有妄念，就能超越命運。了凡先生能改造命運，但是並沒有超越命運，不過這已經非常難得，同時也給我們帶來莫大的鼓舞，我們應當認真努力向他學習。

為什麼雲谷禪師沒有把高一層超越命運的方法教導了凡先生？這就是觀機授教。這些有道德的高僧都有能力觀機，觀察你是上根、中根還是下根，應機說法，所以，一切眾生遇到這些高人沒有不得利益的。了凡先生的本質、天賦，是中等根性，對中根當然不能說上法，因為他無法接受。因此，說法必須要契理契機，法不契機，等於是閒言語。

我們要相信，任何一個人都有命運，都有定數，只是自己不知道而已。了凡先生一生的命運被人算定，他清楚自己一生所行的方

向、目標，所以就照著命運過日子。我們可憐，不知道自己的命運，在茫茫人海中盲目摸索。如果在摸索的過程中隨順煩惱，就會造作罪業，造罪業會損福減壽，這種情形在社會上比比皆是。善根福德深厚之人，雖然不知道自己的命運，但是心地善良，無非分之想，存心、行事都能守規矩，不做傷天害理、損人利己之事，必定替自己增福增壽，不知不覺當中就得福報。

現前社會這個大環境，是古今中外有史以來，最濁惡的一個時代。凡夫之人不可能不受環境影響，環境不善，造不善業的機會就多，而且不知不覺在造。李老師曾經講過一則故事，從前有個地方發生了一件兒子殺父親的逆倫命案，這件事在從前是不得了的大事。結果這個兒子被處以死刑，皇帝並下命令將縣長撤職查辦。縣長犯了什麼過失？這個地方是你統治教化的區域，你教化出這樣一個大逆不道的人，這是你教育失敗，所以縣長撤職，巡撫（相當省長）記過。這

種行政處分還是其次，朝廷下令將該縣的城牆拆掉一個角，表示這個縣出了一個大逆不道的人，這是全縣人民的恥辱。

這種事現在可以說是司空見慣。由此可知，古時候的教學跟現在的教育相比之下，我們就能明瞭，何以古時候社會能長治久安，人民生活幸福美滿，而今日無論是富貴貧賤，普遍都不幸福、不快樂。這到底是什麼原因？這裡面有定數。我們每天起心動念、言語造作，導致定數都在變化。如果變化的幅度不大，與你的定數就不會差距太多，所以一般算命看相的都能算得很準；如果我們的惡念善念、善行惡行變動很大，就把定數改變了。如果你有大善，你命本來不好，它會變好；如果你造大惡，你命本來很好，也會變壞。

現代社會，事事都在誘惑人，人心很難定得下來，所以，今天要修道、做學問不容易成就。在這個時代，學業、道業有成，都要有相當的善根、福德、因緣。你有善根，才能夠明理；你有福德，面對一

切誘惑，才不會起心動念，這是真功夫、真福德。

雲谷笑曰。我待汝是豪傑。原來只是凡夫。

雲谷禪師聽了哈哈大笑說：「我本來以為你是一個英雄豪傑，原來你也是一個凡夫」。何謂豪傑？一般人做不到的，他能做到，這個人就是英雄豪傑。三天三夜不起一個妄念，這不是普通人能做到的，了凡先生做到了。

我們從這個地方要真正省悟過來，看看雲谷禪師如何開導教化了凡先生，如何幫他將這些錯誤的觀念扭轉過來，這是真實的學問。了凡先生能接受、能明瞭，這是他的善根；能深信不疑，依教奉行，這是他的福德；有善根、有福德，又遇到好的善知識開導他，這是因緣。善根、福德、因緣三個條件具足，所以他改變了命運，道理在此地。

問其故。曰。人未能無心。終為陰陽所縛。安得無數。但惟凡人有數。極善之人。數固拘他不定。極惡人之數。亦拘他不定。汝二十年來。被他算定。不會轉動一毫。豈非是凡夫。

「人未能無心」，這個心是指妄想心，就是起心動念。雲谷禪師告訴了凡先生，只要起心動念就有數；換言之，只要起心動念就有命運。什麼人能超越命運？沒有妄念的人。沒有妄念的人是英雄豪傑，不為命數所拘。雲谷禪師舉了兩個例子，極善的人，天天行善，福天天增長，所以他的命算不出來；極惡的人，多半是過去生中修大富大貴，因為造惡把福折損了，雖折損還有餘福。譬如，秦始皇作皇帝時，短短十幾年就把過去生中修積的福統統享盡，所以兩代就亡了。如果他能修德積善，不造違理的惡事，他的福報就能傳很多代。明太祖朱元璋傳了十七代，如果他作帝王時，胡作妄為，造作惡業，就不

可能有這麼多後代子孫。雲谷禪師告訴他：「你這一生會被命運拘束住，是因為你還有妄念，還是個標準的凡夫。」

余問曰。然則數可逃乎。曰。命由我作。福自己求。詩書所稱。的為明訓。我教典中說。求富貴得富貴。求男女得男女。求長壽得長壽。夫妄語乃釋迦大戒。諸佛菩薩。豈誑語欺人。

了凡先生聽了之後，反過來向禪師請教：「人既然有命運，命運能夠逃避嗎？」禪師告訴他：「命是由我作，福是自己求。」古聖先賢、諸佛菩薩是過來人，他們對於這個事實真相徹底明瞭，絲毫無誤。命數是從哪裡來的？如果用科學家的說法，一般是講三度空間、四度空間、五度空間；從理論上來說，空間是無限的。我們在人道，生活在三度空間，對於四度空間以上維次的眾生，我們就不知道了。

今天科學已經證實有十一度空間的存在，但是如何突破空間維次，還在研究當中。空間維次突破了，就知道過去、未來，清楚明瞭過去造的是什麼因，現在得的是什麼果報；這一生造的是什麼因，來世是什麼果報。這不是推算，這是現量境界。孔先生是從《易經》數理上推斷，所以推斷得相當正確，但是不敢講完全正確，因為只要有絲毫誤差，結果就完全不相同。但是如果能夠突破空間維次，就決定正確，因為過去、現在、未來是親眼所見。

古印度婆羅門教、瑜伽、數論這些大師們都修禪定，都有這個能力，因此六道之內的空間維次，他們幾乎可以完全突破，所以他們很清楚六道的狀況。但是他們只知其當然，而不知其所以然。六道是怎麼來的？為什麼會有這個現象？為什麼會有這些變化？他們就不知道了。因此，釋迦牟尼佛出現在這個世間，就是為了這些有能力觀察到這些境界，但是對於這些境界還有許多疑惑不能解除的人。所謂眾生

有感，佛菩薩就有應，所以釋迦牟尼佛應化到這個世間，為我們說明這些現象之所以然。

不同維次的空間是怎麼發生的？佛告訴我們，都是從妄想、分別、執著變現出來的。我們冷靜思惟觀察，眾生的妄想無量無邊，前念滅了，後念就生，一天不知道起多少個妄念，不知道有多少分別、執著，才造成不同維次的空間，造成種種不同的現象。佛常講十法界依正莊嚴，這是「唯心所現，唯識所變」，這是佛一語道破宇宙人生現象的根源。就像螢光幕上現的相，這是心現的；這個相能活動、能產生變化是識變的。識就是妄想、分別、執著，它能將現象變得非常複雜。

因此，雲谷禪師講「命由我作」，命運不是別人主宰的，與別人毫不相關。自己身外的境界是一個幻境，所以《金剛經》云：「一切有為法，如夢幻泡影。」不是真實的。這種現象，不能說它有，也不

能說它無。如同作夢一樣，你不能說沒有夢中境界，夢中境界確實存在，但是你不能說它有，因為它是虛幻的，確確實實了不可得。我們細心觀察，人生在世的確是一場夢。你晚上睡著了，有人把你的身體抬走，你都不知道。由此可知，身不是我。西方哲學家很聰明，知道身不是我，於是提出一個理論—我思故我在，就是承認物質的身體不是我，是虛幻的，能夠思惟想像的才是我。這雖然比一般人的想法還要高出一等，但是不是真相？不是。我思是妄想，不是事實真相。佛法的境界更高，連我思也放下，徹法底源，恢復到真心本性，然後才能看到宇宙人生的真相，即「一真法界」，或者稱為「真如」、「第一義諦」。

我們想要斷除妄想、分別、執著，問題是斷不掉，妄念還是一個接著一個，這就是功夫不得力。雖然從經教中明白了，深信不疑，但這只是解悟，沒有契入真實的境界，還是不能解決問題。解悟之後要

把這些理論、方法落實在生活中，逐漸提升自己的境界，這樣才能解決問題，所以說「命由我作」。

人一生的窮通富貴是命。命有定數，定數從何而來？自己造作的。佛法講因果通三世，人決定有過去世、未來世。時間單位最小的是秒，佛法講剎那，一彈指有六十個剎那，一剎那有九百個生滅。一彈指如果彈得快，一秒鐘可以彈四次。四分之一秒的六十分之一，這是一個剎那。一個念頭生，一個念頭滅，一剎那當中有九百個念頭生滅。這實在是太微細了，我們粗心大意，覺察不到。什麼人能觀察得到？把妄想、分別、執著統統伏住，到相當深度的禪定功夫，就可以見到這個生滅現象。大乘佛法講能夠見到剎那生滅頭數的是圓教八地菩薩，與如來的果位非常接近，這才真正了解宇宙人生的真相。

我們動一個利益別人、利益社會、利益眾生的善念，果報是福；我們動一個損人利己的惡念，果報是凶、是災禍。一個人一生的吉凶

禍福是自己起心動念、言語造作的果報，所以說「命由我作」。真正明白通達的人，肯定這個說法與事實，他在這一生當中，無論遭遇什麼樣橫逆不善的環境，決定不怨天尤人，反而怪自己造作不善，才受這種苦報。明瞭之後，福要自己去求。怎麼求法?改過遷善。

早年，章嘉大師勸我出家，弘揚佛法，這是他老人家為我指出的一條明路。我跟大師三年，奠定了我學佛的基礎。以後我在台中親近李炳南老居士，學教十年。爾後這一生，福自己求。從二十六歲開始學佛，我就小心謹慎，依教奉行。年輕時，看相算命的說我過不了四十五歲。四十五歲那年，果然害了一場病，我不看醫生，也不吃藥，因為我明白醫生可以醫病，不能醫命。所以，關起門來念佛，求生淨土。一個月之後，身體慢慢好了，就繼續從事於講經弘法的工作，再也沒有生過病。記得有一年，甘珠活佛告訴我：「淨空法師，從前我們都在背後說你這個人很聰明，可惜沒有福報又短命。你這些年弘揚

佛法，命運完全轉過來了，不但有福報，而且很長壽。」

所以，命可以改，改命的方法就是覺悟之後，再不造惡，起心動念為別人想，為社會想，為眾生想，不為自己想。然而話說起來容易，做起來不容易。了凡先生做了十幾年，感應才現前，我自己差不多做了三十年，感應才能覺察到。到了晚年，甘珠活佛講的話確實應驗了，愈來愈順利，心地也愈來愈清淨。我今天在這個世間是為別人活，不為自己活，自己沒有了，名聞利養、五欲六塵的享受也早就放下了。印光大師晚年常說：「我一無所有，也不怕死。」我現在也差不多入了這個境界，自己一無所有，真的也不怕死。死對我來講是一樁歡喜的事情，因為我知道死了到哪裡去。明白生從哪裡來，死往哪裡去，這就是「命由我作，福自己求」。

了凡先生改命運改得很辛苦，我這一生很幸運，比他改得順利。原因是我始終沒有離開老師，老師常在身邊督促、指導，十三年的耳

提面命，這個利益太大了。年輕時雖然很用功，但是沒有達到古人所講的標準，給自己打分數的話，充其量也不過六十分及格而已，現在大概能到八、九十分，所以效驗愈來愈明顯。

有人問我：「法師，你怎麼修的？你怎麼教人？」我結合自己五十年的修學心得，寫了二十個字—真誠、清淨、平等、正覺、慈悲，看破、放下、自在、隨緣、念佛。無論是物質環境（順境與逆境）、人事環境（善緣與惡緣），我們必須在境緣當中磨鍊自己，一定要以真誠心處事待人接物。別人用虛妄心對我沒有關係，那是他，與我不相干，甚至於毀謗我、侮辱我、陷害我，與我都不相干。自己要一味真誠待人，這樣轉禍為福就轉得快，災消福來。

平時以清淨心處事待人接物，清淨就是一塵不染，順境不起貪戀之心，惡境不起瞋恚之心，永遠保持清淨平等之心，自然常生智慧。愛護一切眾生之心油然而生，就是慈悲心。慈悲心，兩、三年就有

效驗。印光大師早年住的寮房有蚊蟲、跳蚤，他的侍者想把牠們趕出去。大師說：「不必，有牠們在，顯示我自己修行的德行不夠，不能感動牠們。」大師到七十歲以後，這些蚊蟲、跳蚤等果然不見了。我現在也七十多歲了，以前我居住的房子也有螞蟻、蟑螂，這兩年逐漸少了，我很歡喜有了效果。

我在圖文巴的小道場，剛開始螞蟻、蟑螂、小蟲也很多。山上住了兩位同修，我告訴他們決定不殺生，對於牠們要以清淨心、恭敬心、真誠的愛心來對待，不但不可以傷害，連傷害牠們的念頭也要斷絕。看到牠們，我們合掌稱「螞蟻菩薩，蟑螂菩薩」，我們要以這樣的心對待牠們。告訴牠們，我們生活的環境不一樣，房子是我的生活環境，房子外面是你們的生活環境，希望我們和睦相處，互不干擾。這一年半以來，螞蟻少了百分之九十，不像從前成群結隊了。不僅對這些小動物如此，對植物也不例外。我們花園裡種了很多樹木花草，

還有蔬菜，我們也是用愛心對待它們、照顧它們，因此花開得特別美、特別香，這些樹木、蔬菜長得特別好。我們不用化肥，也不用農藥，純粹以愛心來照顧，因此樹木花草都有感應。

這些都是說明「命由我作，福自己求」，這是我五十年學佛所體驗到的，命運也完全轉過來了。雖然不敢說得大自在、大圓滿，但是接近自在、圓滿了。

「詩書所稱，的為明訓」，古聖先賢著作中所說的訓示，我們要相信。「我教典中說」，「我」是指雲谷禪師，「我教」是指佛教。佛經講：「求富貴得富貴，求男女得男女，求長壽得長壽」。我早年學佛，心裡也是有希求，章嘉大師告訴我，「佛氏門中，有求必應」。他老人家教我求的方法，說得比雲谷禪師更簡單，非常有效。他說：「你真心祈求，沒有感應，這是自己有業障。障礙不在佛法那一邊，障礙是在自己本身，只要消除業障，則有求必應。」我向老師

請教：「如何消除業障？」他說：「懺悔。」懺除業障絕對不是拜梁皇懺、拜水懺。佛法重實質，不重形式。什麼是實質？後不再造。譬如，我們起了不好的念頭，說了不善的言語，做了不好的事情，現在知道這是罪過，從此以後不再犯錯，這是真懺悔，如此方能消除業障。假如你在佛菩薩面前念經、念咒，念完之後再造，造了以後再去念，以為這就是懺悔，那你就完全錯會了佛的意思。

業障真正消除了，一定有求必應。業障習氣深重，不要怕，要有耐心消除。了凡先生用了幾十年的時間，我也用了二、三十年的時間，沒有這麼長的時間不行。毛病、習氣一定要克服，要常常提醒自己，所以古人重視讀誦，這是非常有道理的。我自己這一生能成就，得力於四十多年沒有離開講台，天天講經，天天勸別人，天天也勸自己。別人有沒有得到利益，我不知道，我自己真得利益了。這就是佛法說的「一門深入，長時薰修」，如果沒有長時間的薰修，怎麼能成

就？我們的毛病、習氣是無量劫薰習而成的，現在我們要把壞的習氣捨掉，學古聖先賢、諸佛菩薩，同樣也需要時間。因此，要有決心，有毅力，長期斷除自己的習氣，這樣才能圓滿成就。

余進曰。孟子言。求則得之。是求在我者也。道德仁義。可以力求。功名富貴。如何求得。

了凡先生進一步向雲谷禪師請教，孟子說：「求則得之，是求在我者也。」道德仁義是我可以求得的，功名富貴乃身外之物，如何能夠求得？

雲谷曰。孟子之言不錯。汝自錯解了。汝不見六祖說。一切福田不離方寸。從心而覓。感無不通。求在我。不獨得道德仁義。亦得功

名富貴。內外雙得。是求有益於得也。

方？此地沒有多說，但是若能細心體會前面所講的，這兩句話自然能明瞭。

雲谷禪師說：「孟子的話沒有錯，是你錯解了。」錯解什麼地方？此地沒有多說，但是若能細心體會前面所講的，這兩句話自然能明瞭。

「一切福田不離方寸」，「方寸」是指我們的心地，禍福吉凶都是念頭變現出來的，不離方寸。

「從心而覓，感無不通」。我們求感應，從哪裡求？從真心中求。所以，求富貴得富貴，求男女得男女，求長壽得長壽，懂得求的道理與方法，如理如法的求，哪有求不到的！世出世間最難的是成佛，成佛尚且可以求得，何況世間功名富貴！

求，最重要的是通。何謂「通」？就是貫通空間維次。用什麼方法貫通？真誠心。何謂真？真就是沒有妄，絲毫虛妄都沒有；何謂

誠？曾國藩先生說：「一念不生是謂誠。」佛法講「無妄念」，這叫真誠。真誠心就是自己的真心本性，世出世間一切法都是從真心本性變現出來的，你把真心本性找到了，哪有求不得的道理！這些理事，釋迦牟尼佛在大乘經論裡講得太多了，稍稍涉獵大乘的人都知道。什麼人得受用？依教奉行的人得受用。如果你只會讀經，不了解經義的道理，不能將這些道理、方法落實到生活行為上，你得不到利益，還是不通。不通，雖有求，不會得感應。

我初學佛的時候，講經需要參考資料，那時在台灣很不容易找到，香港的智開法師對我幫助很大，凡是我所要的書籍，他都盡量蒐集寄給我。其中只有《中觀論疏》的時間最長，大約半年才寄來。我求的是道，這是我所需要的，我如理如法的求，真的是有求必應。

所以，我對於經典所說及老師的教誨，深信不疑。「從心而覓，感無不通」這八個字，就是有求必應的理論與方法。求在我，不獨道

德仁義可以得到，連身外之物，譬如功名富貴也能得到，內外雙得，這是求有益於得也。

若不返躬內省。而徒向外馳求。則求之有道。而得之有命矣。內外雙失。故無益。

「道」是求的方法與理論，不論是求內在的德行，或者是求外在的資生之具，只要反躬內省，向內心裡去反省，回頭是岸，就能求得到。如果你不能反省，不能充實自己的德行，只是向外攀緣，那就「求之有道，得之有命」。譬如，現在有許多商業鉅子出書，寫自己努力奮鬥的成功經驗與教訓，提供一般人做參考。你用他們的方法去求，你要是得到了，那是你命裡有的；你命裡沒有，你還是得不到。為什麼？你不是向真心求，不是向心性求，這種求法必然是「內外雙失，故無益」。

因問。孔公算汝終身若何。余以實告。雲谷曰。汝自揣應得科第否。應生子否。余追省良久。曰。不應也。科第中人。類有福相。余福薄。又不能積功累行。以基厚福。兼不耐煩劇。不能容人。時或以才智蓋人。直心直行。輕言妄談。凡此皆薄福之相也。豈宜科第哉。

雲谷禪師問：「孔先生算你這一生的流年如何？」了凡先生如實報告。雲谷禪師說：「你自己想想，你應不應該得科第？應不應該有兒子？」他想了很久，說：「不應該。」了凡先生是個讀書明理之人，他能找出自己毛病之所在。

「科第中人」是指官場中的人物，都是有福相之人。我自己福太薄，「又不能積功累行，以基厚福」，沒有從基礎上培養自己的福

德。「不耐煩劇」，不願意做太繁瑣的事情。「不能容人」，心胸狹小。「時或以才智蓋人」，喜歡出鋒頭，壓制別人。「直心直行」，此地並不是指古聖先賢的教誨，如《維摩經》云：「直心是道場」，直心直行是沒有妄想、分別、執著。這裡指的是心裡想說什麼就說什麼，這是習氣毛病。「輕言妄談」，是指說話不經過大腦，隨便妄說。這些都是「薄福之相」，他了解自己有這麼多的毛病，天天造業，當然無法考中功名。這是說明他不應該考取功名的原因。

地之穢者多生物。水之清者常無魚。余好潔。宜無子者一。和氣能育萬物。余善怒。宜無子者二。愛為生生之本。忍為不育之根。余矜惜名節。常不能舍己救人。宜無子者三。多言耗氣。宜無子者四。喜飲鑠精。宜無子者五。好徹夜長坐。而不知葆元毓神。宜無子

者六。其餘過惡尚多。不能悉數。

大地雖然很骯髒，但是土地肥沃會生長出很多東西。水清就沒有魚，他有潔癖，這是沒有兒子的第一個原因。「和氣」非常重要，諺語常言「家和萬事興」，一個國家上下能和睦相處，哪有不強盛的道理！不和即是衰敗的預兆。他喜歡發脾氣，這是不和；換言之，貢高我慢，狂妄自大，目中無人，這是第二個原因。

「愛」，是慈愛。「忍」，是殘忍。慈愛是生生之本，他沒有愛心；殘忍乃不育之根，他心地殘忍。他愛惜自己的名節，常不能捨己救人，這是第三個原因。他很愛說話，愛發牢騷，喜歡諷刺、挖苦、捉弄別人，常在大庭廣眾之下，讓別人下不了台，這是第四個原因。喜歡飲酒，傷害自己的精神體力，這是第五個原因。偏愛徹夜長坐，晚上不睡覺，不知道保養元神，這是第六個原因。反省之後，毛病過

惡實在太多了。

「徹夜長坐」，在佛家有「不倒單」，這是禪定功夫。打坐在定中是清醒的，不是睡眠狀態。若是用打坐代替睡眠，不如躺著睡舒服，坐著睡多難過！真正大修行人，心境空明，沒有自私自利、五欲六塵這些陰氣之侵襲，所以常在定中，智慧念念增長。心地清淨到一定的程度，就可以斷除睡眠。「財色名食睡」這是五欲，欲界才有，色界與無色界沒有。由此可知，睡眠可以斷除。如果煩惱習氣沒有斷除，勉強坐在那裡睡覺，對身體決定有害，這是很不健康的生活。所以，在修行場合千萬不要好面子，否則勉強自己做不到的事，最後把身體搞壞了，這是愚痴。

雲谷曰。豈惟科第哉。世間享千金之產者。定是千金人物。享百金之產者。定是百金人物。應餓死者。定是餓死人物。天不過因材而

篤。幾曾加纖毫意思。即如生子。有百世之德者。定有百世子孫保之。有十世之德者。定有十世子孫保之。有三世二世之德者。定有三世二世子孫保之。其斬焉無後者。德至薄也。

雲谷禪師說：「豈獨是考功名而已！世間大富大貴有千萬財產者，定是千金人物。」要有福分才能享受。過去生中沒有修福，怎麼能得福報？過去生中修積得厚，這一生中得大福報；過去生中修積得薄，就得小福報；沒有修福，應該餓死的，是過去造的罪業深重。這些果報完全是自作自受，與老天爺、鬼神、佛菩薩毫無關係。所以，「天不過因材而篤，幾曾加纖毫意思」，老天爺對一切眾生確實是公平的，這是自然的果報，老天爺確實沒有加絲毫成見在裡面。這是至理名言，我們要細心玩味。

雲谷禪師藉著一般人的知見，勸了凡先生積功累德。「百世之

德」，在中國歷史上，祖宗有德者，如夏朝享國四百年，商朝享國六百年，周朝享國八百年。周朝享國最久，這是文王、武王、周公所累積的功德。「百世之德，定有百世子孫保之」，這是就世俗眼光來說。不在王位者，如孔子，孔子以大公無私、真誠愛心，有教無類，幫助一切眾生破迷開悟，離苦得樂，他積的功德大，他的後代子孫至今還受到世人的尊敬。

「十世之德」，譬如中國歷朝的帝王。我們再看看現在一般富貴人家，傳二代三代，已經不多了，有的傳一代就完了，有的甚至中年發達，晚年破產，這是「德至薄」。沒有積功累德，起心動念、所作所為都是自私自利，縱然做一點好事，也不捨棄名聞利養，所以德至薄。在社會上做一點慈善事業，就希望得到大眾的褒獎、政府的獎勵，這是假善，不是真善。

雲谷禪師舉出這些例子說明，然後教導了凡先生針對自己的缺

點，徹底改過自新，就有救了。

汝今既知非。將向來不發科第。及不生子之相。盡情改刷。務要積德。務要包荒。務要和愛。務要惜精神。從前種種譬如昨日死。從後種種譬如今日生。此義理再生之身也。

改造命運從何改起？從自己的習氣、過失做起。你既然曉得自己的過失，就要把這些不能考取功名以及無子的過失都改正刷新。過去貢高我慢，常以自己的才智貶抑別人，處處好強好勝，不能容人，現在應該將這些缺點改過來。「包荒」是拓開心量，包容一切。佛菩薩之所以偉大，就是心量大，「心包太虛，量周沙界」。因此，一定要拓開心量，拓開心量的人有福。「務要和愛」，一定要和氣，有愛心。「務要惜精神」，不要喝酒、熬夜，要愛惜自己的身體和精神。

雲谷禪師提出這幾個重點，教導他認真修善積德，改正毛病。

「從前種種譬如昨日死」，以前的已經過去，不要再去想它；「從後種種譬如今日生，此義理再生之身也」，人只要改過自新，就能夠超越命數，命數拘他不住。佛教人發願為眾生服務，但是必須先要有服務的能力；換言之，你要有道德、學問、能力，才有條件為社會大眾服務。因此，這個心一發就要修養品德，修習善法，斷除煩惱習氣，積功累德，成就學問、德行，才有能力如願以償。你想要幫助社會上苦難的眾生，如果本身不具備這些條件，你發的願是空願，是永遠不能兌現的虛願。如果發的願虛假，就是欺騙佛菩薩，欺騙眾生，這個有罪，沒有功德。

四弘誓願第一願是「眾生無邊誓願度」，眾生無量無邊，我們要發心幫助他們破迷開悟、離苦得樂，但是自己本身要有能力。發願之後，就要積極斷煩惱、學法門。斷煩惱是成就自己的德行；學法門是

成就自己的學問。然後成佛道，圓滿自己的功德。這個願就真實，不是虛假。如果願力強大，超過業力，就是佛門講的「乘願再來」，你的命運自然一百八十度的轉變，就是「義理再造之身」，那你就成功了。

夫血肉之身。尚然有數。義理之身。豈不能格天。

「血肉之身」，就是指我們現前的身體。因業力變現故，所以是業力之身。我們無法離開妄想、分別、執著，所以落在數裡，用數術就能推斷出一生的吉凶禍福。若想超越命數，就要從心理上做一個改變，把從前不善的觀念、行為都改正過來。一切與義理相應，這個身就稱為「義理之身」。以佛法而言，若願力大過業力，就稱為願力之身，亦名乘願再來。血肉之身，充滿自私自利；義理之身，大公無私，為一切眾生的利益著想。在世間，身體是為社會、為人民、為眾

生服務造福的工具，與自己的業力完全脫離關係，這個身就稱為義理之身，就稱為乘願再來。眾生有福，這個身就會常住世間；眾生沒有福，這個身自然捨離。佛家講「了生死，出三界」，就是這個意思。

太甲曰。天作孽。猶可違。自作孽。不可活。詩云。永言配命。自求多福。

這裡引古書為證：天然災害猶可避免，若是自己作孽，就無可挽回了。自然災害如何能避免？大乘經云：「依報隨著正報轉」，依報就是自然環境，自然環境，會隨著人心而轉變。若社會上人心淳樸、善良，其居住的環境，自然風調雨順，國泰民安。實在講，不僅人為的災害是人造作的，自然的災害也是人造作的。以佛法而言，一是共業，一是別業。大家共同造作的就變成自然災害；個人造作的就變成吉凶禍福。社會大眾共同造的業，我有辦法避免；自己造孽，就無法挽回，這是

真理，亦是事實真相。

《詩經》云：「永言配命，自求多福」，「永言」就是常說，古聖先賢常說；「配命」，就是與上天的心相應，人心同天心。天是什麼心？「上天有好生之德」，天心是無私的愛心、公平的愛心、平等的愛心。如果我們能修養此心，將自己的心願提升到大公無私，平等對待一切人事物，就是「永言配命」。當然福在其中，自然現前。

孔先生算汝不登科第。不生子者。此天作之孽。猶可得而違。汝今擴充德性。力行善事。多積陰德。此自己所作之福也。安得而不受享乎。

過去生中造作不善業，因此今生沒有功名，也不會有兒子，這是「天作之孽」。過去生的造作可以挽回，如何挽回？「汝今擴充

德性」，改過自新，「力行善事，多積陰德」。自己造的福，自己當然可以享受到。陰德是做好事不讓人知道，陰德報得厚！若做一絲好事，即大肆宣揚，唯恐人不知，福立刻就報掉了。因此，真做好事，勿讓人知。若做好事，一定要廣為宣傳，就不是真好事。因為這樣的心態尚未離開名聞利養，不是真心在做，所做乃是假善、偽善。古時候，真正大德大能之人，韜光養晦，隱居深山，德愈積愈厚，到機緣成熟時，方能為國家、為民族建功立業。其中含藏著很深的學問，我們要深思善學。

易為君子謀趨吉避凶。若言天命有常。吉何可趨。凶何可避。

這句話是為加強了凡先生的信心。如果說命運是一定的，不能改變，那麼《易經》教人「趨吉避凶」就講不通了；換言之，命運是可以改變的。我們起心動念，若是善念便增一分福，惡念便減一分福。

因此，我們每天的言語造作，就會影響命運好壞的增減。世間人的命運會被人算定，就是增減的幅度不大，離開中線不太遠，所以算得很準；如果增減的幅度很大，命運就算不準。前面說過，大善之人，命運拘他不住，大惡之人，命運也拘他不住，就是增減變化的幅度太大。因此，有大善，禍會變成福；有大惡，福會變成禍。道理在此地。

開章第一義便說。積善之家。必有餘慶。汝信得及否。余信其言。拜而受教。

這些古聖先賢的書籍，了凡先生平常念得很熟。雖然念得很熟，但是了解得不夠深；換言之，無法落實在生活、工作、處事待人接物之中，所以他的命運絲毫無法改變。雲谷禪師這一番話，把了凡先生點醒了，命運確實是自己造的，自己可以改變，因此要自求多福。

有人問我：「法師，你為什麼要學佛？」我的答覆很簡單：「我學佛的目的很單純，就是為了提升自己的境界，這是從果報上說；從因上說，是為了提升自己的德行。」積功累德是修因，因好，果當然殊勝。業因果報到自己能覺察出來時，就常生歡喜心，沒有煩惱、憂慮、牽掛，沒有妄想、執著，一生生活在法喜之中，這種日子過得多快樂！多幸福！所以，方東美先生講：「學佛是人生最高的享受。」

因將往日之罪。佛前盡情發露。為疏一通。先求登科。誓行善事三千條。以報天地祖宗之德。

「發露」，是一絲毫隱瞞都沒有，完全說出來。「疏」，是文章。「登科」，是考中舉人。他下定決心改過自新，將過去所做的種種罪惡、種種過錯，毫無隱瞞，盡情懺悔，並寫了一篇文章，求佛菩薩做證明。因此，開始真正斷惡修善，先求功名。

雲谷出功過格示余。令所行之事。逐日登記。善則記數。惡則退除。且教持準提咒。以期必驗。

了凡先生是中下根性的人，所以雲谷禪師用「功過格」來幫助他，教他每天將所做的好事及過失都記錄下來，善惡做個對比，這一天到底是善多還是惡多。最初做的時候一定是善惡混雜，甚至惡多於善，自己就要提高警覺，認真努力，希望做到純善無惡，改過就成功了。這是從事上改，這個方法對普通人非常有效。

並且教他持「準提咒」，念咒是教他修清淨心，把念頭集中在咒上，用一個念頭取代一切妄念，道理在此。用參禪、念佛的方法也是如此。這些方法很多，可以選擇一、兩種，幫助自己攝心把妄想打掉。心地清淨，真心就現前，智慧就現前。人不可能沒有妄念，妄念對我們的傷害非常大，不但破壞清淨心，對身體的健康也產生不良的

後果。所以，保持身體的健康，首先要減少妄念，妄念少了，飲食也跟著少。修行人可以一天只吃一餐，因為他的心清淨，妄念少，消耗的能量少，身體自然健康。

語余曰。符籙家有云。不會書符。被鬼神笑。此有祕傳。只是不動念也。執筆書符。先把萬緣放下。一塵不起。從此念頭不動處。下一點。謂之混沌開基。由此而一筆揮成。更無思慮。此符便靈。

雲谷禪師告訴他，畫符專家常言：「不會畫符的人會被鬼神笑。」其實，畫符、念咒、念佛確實有異曲同工之妙，方法形式雖然不一樣，其原理完全相同，都是要用真心。畫符的時候，要把一切妄念統統放下，一念不生。從第一點下去，一道符畫完，沒有一個妄念，心是清淨的，這個符就靈；如果畫符時還有妄念，這道符就不

靈。念咒亦復如是，念時不能夾雜一個妄念，夾雜一個妄念，這個咒就不靈。由此可知，咒愈長愈難念。佛家常言：「念經不如念咒，念咒不如念佛。」經比咒長，不打妄想難；咒也相當長，不打妄想也不容易；佛號短，「阿彌陀佛」四個字，不夾雜一個妄念容易，這句佛號就靈。這些方法都在攝心，幫助我們達到清淨心。清淨心是真心，真心無念，心裡有念就是妄心。妄心有生滅，真心不生不滅。把生滅斷除，恢復到不生不滅，這是佛家修學功夫最高的目標。

凡祈天立命。都要從無思無慮處感格。孟子論立命之學。而曰夭壽不貳。夫夭與壽。至貳者也。當其不動念時。孰為夭。孰為壽。

「感格」，是求感應。於心性求感應，於上天求感應，都要用真誠心，所謂「誠則靈，不誠無物」。立命之學，最早是孟子說的。他說：「夭壽不貳。」「夭」是短命，「壽」是長壽，短命跟長壽是

一不是二。這個話說得很高明，一般人聽不懂。短命跟長壽差別太大了，怎麼是一不是二？我們用分別心、執著心看，所以把它看成二；如果你的心不動，一念不生，沒有分別，長壽跟短命確實是一不是二。有分別，才有二、三。

聖人、佛菩薩沒有分別心，凡夫有分別心，所以把世間一切法都變成對立，變成大小、長短、善惡、真妄。對立就是科學家講的相對論，生活在相對的世間，也就是生活在虛妄的世間，《金剛經》講「夢幻泡影」，這不是宇宙人生的真相。宇宙人生的真相是「一真」，一真決定沒有相對，有相對就不是真的。六道是相對的，十法界是相對的，一真法界沒有相對。沒有相對，有沒有絕對？也沒有絕對。絕對跟相對是互相建立的，沒有相對，絕對也沒有了。佛經講這個境界不可思議，「思」是思惟，你不能思，一思就錯了；「議」是議論，也不能說，一說就錯了，「開口便錯，動念皆乖」。那是真實

的一真法界，真平等。

細分之。豐歉不貳。然後可立貧富之命。窮通不貳。然後可立貴賤之命。夭壽不貳。然後可立生死之命。

「細分之」，是把它推衍開來說。「豐歉不貳」，「豐」是豐收，「歉」是收成不好。收成豐富，可以過得富足；反之，若是欠收，日子就貧困。如果你能懂得豐歉不貳、貧富不貳，就能立貧富之命。「窮通不貳」，「窮」是處在困境，辨什麼事情都艱難困苦，不能成就；「通」是通達，做任何事助緣很多，非常順利。你要是懂得窮通不貳，就能立貴賤之命。如何立命？貧者安於貧，富者安於富，貴者安於貴，賤者安於賤，各得其所，這是立命。彼此互相尊重，互相敬愛，互助合作，這是真正知天命。所以，世間永遠是太平的，社會決定不可能有動亂。這是真實的學問。

「夭壽不貳，然後可立生死之命」。生死可不可怕？不可怕。生死非常正常，只要明白道理，你就不會貪生怕死。生跟死是一樁事，不是兩樁事。通達的人對於捨身受身，就像脫衣服、換衣服一樣。我們把衣服比喻作身體，衣服穿久了，髒了、破了，我們自然會把它脫掉，再換一件衣服，就好比這個身不要了，再換一個身。我們必須要注意的是，衣服要愈換愈漂亮，如果愈換愈差就不好了。

如果一個人作惡多端，他這個身捨掉之後，來生會比現在這個身還差，換成畜生身、餓鬼身、地獄身，愈換愈不好看；如果這個人一生行善，好善積德，捨報之後生天，天身比我們這個身莊嚴；如果念佛求生淨土，換得菩薩身、佛身，就愈來愈莊嚴了。你了解這個事實真相與道理，才真正肯斷惡修善。斷惡修善雖然是利益別人，實際上利人就是利己，這是真理。世間人常講「損人利己」，這句話有弊病，損人決定害己。因為眼前雖然得一點小利，可是幾十年之後，

死了變餓鬼、畜生，或墮地獄，那真正是害了自己，到時候就後悔莫及。所以，損人之事決定不能做，真正聰明人、明白人決定做利益一切眾生的事情。

因此，對於生死這樁事情參透，知道事實真相，貪生怕死的念頭就沒有了。無論在何時，無論什麼方式死亡，都會歡歡喜喜。為什麼？知道這個身捨了之後，馬上換一個比現在更好、更殊勝的身。我們要有信心、有把握。

人生世間。惟死生為重。夭壽則一切順逆皆該之矣。

「該」，是包括。只要把這一關參透，那麼在一切相對的境界裡面，順境逆境、善緣惡緣，你都能得自在，我們要入這個境界。有人對我好，照顧我，對我有恩惠，我感激他；有人對我不滿，惡意毀謗、陷害、侮辱，我用感恩的心對他，感激他消我的業障、成就我

的德行。我知道他是用這種手段來試試我的心平不平靜，還有沒有瞋恚心？如果我還有一念瞋恚報復的念頭，我是凡夫，我的功夫沒有進步。他這樣對我，等於是在考驗我。

我在佛堂裡，替對我不好的人供了一個長生牌位，天天誦經、拜佛為他祝福。你陷害我，我還是祝福你，我把你看作佛菩薩。你為什麼對我不好？你不了解我，一切出自於誤會，何必計較！計較是自己的過失。我不計較，我感恩、尊敬你，你遇到困難需要我幫助的時候，我會全心全力幫助你。這是做人的道理，你必須參透「不二法門」。

至修身以俟之。乃積德祈天之事。曰修。則身有過惡。皆當治而去之。曰俟。則一毫覬覦。一毫將迎。皆當斬絕之矣。到此地位。直造先天之境。即此便是實學。

「俟」，是等待，所謂「水到渠成」。「將迎」，是念頭起滅。孟子云：「修身以俟之」，這是說時時刻刻修養德行；「積德祈天之事」，這是屬於存養功夫。身有惡行，必須永遠斷除。修身積德之事，不可存僥倖之心、非分之想，若有絲毫念頭起滅，「皆當斬絕」，這是真正的功夫。果然做到如此的功夫，性德就恢復了，這是大菩薩的境界，這是實實在在的學問。

孟子說得很好，「學問之道無他，求其放心而已矣」。「放心」是斷除妄想、分別、執著的念頭，這是真正的學問，真心本性完全恢復了。自性本來具足無量智慧、無量德能、無量相好，依此理論與方法修學，則世出世法有求必應，這是真實的原理。

汝未能無心。但能持準提咒。無記無數。不令間斷。持得純熟。於持中不持。於不持中持。到得念頭不動。則靈驗矣。

我們凡夫無法做到無心（無念），因此如何將念頭控制住，就要用方法。雲谷禪師教了凡先生用持咒的方法。有人聽我這麼講，就有疑問：「我們是念準提咒，還是繼續念阿彌陀佛？」我們學習要善用心，畫符、參禪、念咒、念佛，方法、手段雖然不同，其目的與原理完全相同。所以，他念準提咒，我們念阿彌陀佛。

「無記無數」是一個共同的原則，但是也要因人而異。中上根性的人可以不要記數，中下根性的人最好是記數。念珠的作用就是記數，一天固定記多少數，精進而不懈怠，這樣能將妄念消除，這是初步功夫。如此用功，幾年之後，妄念少了，心地逐漸清淨，就不要記數了。因為記數還是分心，佛號一句接著一句，無記無數，念念在佛號上，妄念自然不生。

念佛的功夫貴在「不懷疑、不夾雜、不間斷」。功夫純熟到「持中不持，不持中持」，念與不念合一，就入不二法門，功夫到家了。

念佛、念咒都一樣，功夫有很多層次。「記數」是最低的功夫，從記數提升到「無記無數」，再提升到「持而不持，不持而持」，這是第三層境界。明白此理，自然得到「靈驗」。靈驗的原理是「誠則靈」，靈是感應；「誠則明」，明是智慧現前。

雲谷禪師的教導，到此告一段落。下面是了凡先生修持的經歷，也就是他如何將大師的這一番開示，完全落實在自己的思想、行為上。這是真實功夫，值得我們學習。

余初號學海。是日改號了凡。蓋悟立命之說。而不欲落凡夫窠臼也。

我們從了凡先生的「號」也能看出他的為人，「學海」是指他好學，喜歡讀書，但是這個口氣很大，我們能覺察出他的貢高我慢。

他自從接受雲谷禪師教誨的這一天起，就改號「了凡」，「了」是明瞭、了脫，「凡」是凡夫。他知道命運可以改造，「數」可以突破，他不願意再作凡夫，一心想超越，所以改號「了凡」。

從此而後。終日兢兢。便覺與前不同。前日只是悠悠放任。到此自有戰兢惕厲景象。在暗室屋漏中。常恐得罪天地鬼神。遇人憎我毀我。自能恬然容受。

了凡先生從這個時候開始，才算是認真用功，每天依照功過格做反省的功夫，於是覺得與從前不一樣。從前每天悠悠放任過日子，現在感覺自己戰戰兢兢，時時刻刻有警惕的念頭，唯恐起惡念、說錯話、做錯事，得罪天地鬼神，有一點不同的氣象。從前遇到有人憎恨、討厭、毀謗，他不會輕易饒人，決定要報復。現在他心平、不報

復了，心量慢慢拓開，能夠「恬然容受」，包容別人，這是修持功夫得力了。

我們也要常常勘驗自己，我今天有沒有空過？如果功夫不得力，這一天就空過了。諺語說：「寸金難買寸光陰」，光陰一去不復回。無論世法、佛法，真正成功的人，都會珍惜光陰，天天求精進，一天都不空過。

到明年。禮部考科舉。孔先生算該第三。忽考第一。其言不驗。而秋闈中式矣。

了凡先生三十五歲遇到雲谷禪師，三十六歲參加禮部的科舉考試。孔先生算他應該考第三名，但是他卻考了第一名，這是第一次孔先生為他算的命沒有應驗。他命裡沒有考中舉人的命，同一年秋天考

中舉人，這是修持功夫改變了他的命運。

然行義未純。檢身多誤。或見善而行之不勇。或救人而心常自疑。或身勉為善而口有過言。或醒時操持而醉後放逸。以過折功。日常虛度。

他自己反省，雖然斷惡修善，但是做得不純，還夾雜著私心，檢討自己的行為，過誤還很多。這是說明他知道應當要認真努力去做，可是做得不夠，沒有盡心。

大凡改過自新，總是開始發心勇猛，時間久了就慢慢鬆散了，這是人的通病。了凡先生也是如此，第一年勇猛精進，以後也退步了。雖然退步，他還有警覺心，常常提醒自己努力，只是進步得很緩慢。初發心修學，這種現象是正常的，而且是每一個修行者都必須經歷

的過程。因此，不要灰心害怕，在緩慢當中也要求進步；雖然進得不多，只要有進步就好；否則，不進則退。

自己巳歲發願。直至己卯歲。歷十餘年。而三千善行始完。時方從李漸庵入關。未及回向。庚辰南還。始請性空慧空諸上人。就東塔禪堂回向。遂起求子願。亦許行三千善事。辛巳生汝天啟。

「己巳」是了凡先生三十五歲的時候。他自從遇到雲谷大師之後，就發願斷惡修善，發願做三千樁善事，整整十年（從三十五歲到四十五歲）才完成。由此可知，三千樁善事是多麼難行！我們曉得這個事實真相，希望自己能比他更勇猛，至少一天做一樁善事，能夠做兩、三樁更好，天天不要間斷，效果決定超過了凡先生。

「時方從李漸庵入關，未及回向」。因為他在外面服務，曾經

一度在李漸庵的軍中辦事，跟著軍隊到處行軍，沒有機會迴向。庚辰年，了凡先生四十六歲，他從南方回來，請性空、慧空兩位法師在東塔禪堂迴向。遂又發求子願，「許行三千善事」，到第二年（辛巳年），即了凡先生四十七歲時，生第一個兒子天啟。因為斷惡修善有這麼好的效果，於是信心增長，行善愈懇切；換言之，斷惡修善愈來愈順利，效驗也愈來愈顯著。

余行一事。隨以筆記。汝母不能書。每行一事。輒用鵝毛管。印一硃圈於曆日之上。

他每天的修持還是用功過格，但是他的太太不認識字，也不會寫字，所以每做一件好事，她就用鵝毛管沾硃砂，在日曆上印一個紅圈做記錄。

或施食貧人。或買放生命。一日有多至十餘圈者。至癸未八月。三千之數已滿。復請性空輩。就家庭回向。

有時，他布施飲食給貧苦的人，或去市場買菜時，看到活潑有生氣的動物，就隨緣買一點放生。放生是機緣，不要特意去買，看牠確實能活命，才買來放生；若是不能活命，就不必買了。他做得很認真、很如法，所以「一日有多至十餘圈者」，可見得他愈做愈順利。從庚辰年發願到癸未年，前後四年，三千樁善事就完成了，然後請法師在家裡誦經迴向。

九月十三日。復起求進士願。許行善事一萬條。丙戌登第。授寶坻知縣。余置空格一冊。名曰治心編。晨起坐堂。家人攜付門役。置案上。所行善惡。纖悉必記。夜則設桌於庭。效趙閱道焚香告帝。

「坐堂」，是上班辦公。同年九月十三日，他又生起中進士的願，「許行善事一萬條」。經過四年，至丙戌年，了凡先生五十二歲，果然登第中進士，朝廷分派他到寶坻縣當知縣，任職七年（一五八六年至一五九二年）。

上任之後，了凡先生做得確實很認真、很如法，他準備一本空格冊子，題名為「治心編」，用來對治心中的惡念。每天一早隨從就把治心編交給辦公室的人員，放在他的辦公桌上，讓他將每天所做的善惡全數記錄。並且每天晚上仿效趙閱道（宋仁宗時的御史，為人公正無私，時稱「鐵面御史」），在庭院設一香案，將自己一天所做的善惡寫成疏文，向上天祈禱報告。

由此可知，這個人大公無私，絕不隱諱自己的過失，他用這個方法斷惡修善。因此，若是見不得人的事、不敢向上天說的事，他決定不敢做。不但不敢做，連念頭都不敢生。因此，他到晚年斷惡修善的

效果愈來愈殊勝。

汝母見所行不多。輒顰蹙曰。我前在家。相助為善。故三千之數得完。今許一萬。衙中無事可行。何時得圓滿乎。夜間偶夢見一神人。余言善事難完之故。神曰。只減糧一節。萬行俱完矣。

「縣衙」，就是現在的縣政府。天啟的母親看到縣衙內沒有什麼善事可做，於是很憂愁的說：「從前我在家常常與街坊鄰里走動，做善事很容易。現在你做了官，我走到哪裡都有人接待，反而做善事的機會少了。你現在許做一萬椿善事，到何時才能圓滿？」了凡先生聽了這些話也很懊惱。結果他晚上夢到一位神人，他就向天神說：「我許做一萬椿善事，恐怕很難滿願。」神人告訴他：「你減糧一事，使你的善願已經圓滿。」這是他真誠行善的感應。

蓋寶坻之田。每畝二分三釐七毫。余為區處。減至一分四釐六毫。委有此事。心頗驚疑。適幻余禪師自五臺來。余以夢告之。且問此事宜信否。師曰。善心真切。即一行可當萬善。況合縣減糧。萬民受福乎。吾即捐俸銀。請其就五臺山齋僧一萬而回向之。

了凡先生任寶坻知縣後，覺得田租太重，於是下令減輕農民的田賦。因為做了這件事，他的一萬樁善事已經圓滿了。但是他對天神的話有點懷疑。此時適逢幻余禪師自五台山來，他就把夢中之事向幻余禪師請教，並且問天神講的話可不可信。

「師曰：善心真切，即一行可當萬善」，這句是從理上講的。真心沒有分別，沒有執著，這是依據經典理論來說的。你做三千樁善事、一萬樁善事、十萬樁善事，如果是用分別、執著的心去做，還是有範圍。真心沒有界限，極小的善也遍虛空法界。所以，菩薩極微細

的善，能變成無量無邊的大善。

世間人往往像了凡先生一樣，許一萬樁善事，做得很辛苦，這是小善，因為沒有脫離妄想、分別、執著。換言之，有妄想、分別、執著，所行的善有量；若離開妄想、分別、執著，即使是修極小的善都無量無邊，沒有限量。因此，「一行可當萬善」。所以，拓開心量非常重要。做善事的大小與自己的心量有關係。心量愈大，小行變成大善；心量狹小，大行變成小善。

「況合縣減糧，萬民受福乎」，這句是從事上講的。何況你為全縣農民減輕稅賦，這不只是萬農受惠，農夫的家人，包括父母、妻子、兒女，統統受惠，因此一善可以抵萬善。俗語說：「公門之中好修福。」古人何以希求科第？因為做官容易修善；平民想修一萬樁善事多麼艱難。反之，他若是嫌田租太少，還要加重稅賦，這一念惡就造了萬惡。因此，善惡在一念之間。

明白了這件事，了凡先生非常高興，於是捐出俸銀，在五台山供養出家人，以此福來做迴向。

古時候，只有做官的人有這個權勢，所以為惡為善都很容易。在現前這個時代，許多行業也都能修大善、造大惡，尤其是娛樂界、影劇界、傳播公司，他們操作的權超過國家領袖。若是利用衛星、網路所傳播的內容是正面的、善行的，能啟發廣大的群眾覺悟，斷惡修善，積功累德，這一小時節目的播出，所行的善就超過了凡先生的萬善；如果所播放的節目是負面的，教人殺盜淫妄，這一小時的罪過，果報就是阿鼻地獄。由此可知，今人不必求功名、做大官、掌大權，在任何一個行業，斷惡修善都比過去方便太多了。

現代科技發達，可以提供我們一些方便；但是這個方便有正面、負面，我們必須認識清楚，因為吉凶禍福確實在一念之間。

孔公算予五十三歲有厄。余未嘗祈壽。是歲竟無恙。今六十九矣。書曰。天難諶。命靡常。又云。惟命不於常。皆非誑語。吾於是而知。凡稱禍福自己求之者。乃聖賢之言。若謂禍福惟天所命。則世俗之論矣。

孔先生算了凡先生的壽命只到五十三歲，他並沒有特別求長壽，到五十三歲時，他平平安安的度過。寫《四訓》這一年，他已經六十九歲，這時他已從寶坻知縣退休下來。

「書曰：天難諶，命靡常。」《書經》說天道難信，為什麼？以其命之不常；也就是說定數會變，不是恆常的。又說「惟命不於常」，天命無常，修德為要。這些話都是真實話，不是妄語。

了凡先生明白這個道理，接受聖人的教誨，知道自己可以改造命

運，自己可以主宰命運。這樣的人是英雄豪傑，決不同於一般凡人，一生聽命運的主宰。尤其造作罪業，損福折壽，這是愚痴到了極處。縱然大富大貴，因為造作不善，福折了，壽也折了，這是世間最愚痴的人。因此，人不能不受教育，尤其不能不受聖賢教育。唯有受聖賢教育才能明理，才能改造自己的命運，提升自己的境界。

汝之命未知若何。即命當榮顯。常作落寞想。即時當順利。常作拂逆想。即眼前足食。常作貧窶想。即人相愛敬。常作恐懼想。即家世望重。常作卑下想。即學問頗優。常作淺陋想。

你的命不知道究竟如何？即使你命中有富貴榮華，也要常常作不得意的想法。即使做事情很順利，還是要當作不稱心的想法。這幾句話都是了凡先生教他的兒子要學謙虛。《易經》說六爻皆吉，只有一

個「謙」卦。《書經》云：「滿招損，謙受益。」一個人無論處在優越的環境也好，惡劣的環境也好，都要謙虛，萬萬不可傲慢。

遠思揚祖宗之德。近思蓋父母之愆。上思報國之恩。下思造家之福。外思濟人之急。內思閑己之邪。

「思」就是想，這六條確實是佛法講的「正思惟」。人不能沒有正確的思想，這六條就是標準。

第一、「遠思揚祖宗之德」。光大祖宗之德，這是根本。我們的祖宗是誰？歷史上記載，黃帝、堯、舜、禹、湯、文、武、周公，是我們民族的祖宗。而每一個家庭的祖宗，都是承襲古聖先賢的道統，因此要常常想到發揚中華文化。中華文化歷史悠久，重視人與人之間的和睦相處，人與大自然、人與天地鬼神都應當互相尊重，互相敬

愛，互助合作。要常常如是思惟，將祖宗之德落實在生活中，利益現前的社會大眾。

第二、「近思蓋父母之愆」。這是說到近處。中國古聖先賢常常教導我們，「家醜不可外揚」，家有不善的事，在所難免，若道與外人知，則受外人輕視，甚至引起他人不善的企圖，破壞家庭的和睦。諺語說：「禍從口出。」家庭如是，社會亦如此。

今日社會何以如此混亂？我們細細思惟，這是我們違背古聖先賢的教誨。所謂「不聽老人言，吃虧在眼前」，老人教我們對社會、對人群應當「隱惡揚善」，看到別人的不善，不可放在心上；看到別人的好處，應當讚揚。這種做法使不善的人心生慚愧，「我做惡事，人家都能包容、原諒我；我做一點小小的善事，人家還表揚我、讚歎我」。這樣能激發大眾的廉恥心、慚愧心，社會才會安定，世界才會和平。

我們吃了大虧！因為我們眼前所看到的恰恰相反，隱善揚惡，惡事特別加以報導，善事隱而不提。這種做法讓行善的人灰心，對作惡的人卻是莫大的鼓勵，因此社會動亂，世局不安，其來有自。

一個家庭，父母、兄弟有過失都要掩蓋，然而一味的掩蓋也是錯誤的，必須要勸導父母、兄弟改惡向善。同時要注意，勸導要在家裡，決不在有外人的場合，只要有外人在，決定是隱惡揚善。

第三、「上思報國之恩」。佛教導學生要常常想到報恩，「上報四重恩，下濟三途苦」。「四重恩」是父母之恩、老師之恩、國家之恩、眾生之恩。我們生活在世間，不能脫離人群獨立生活，衣食住行都要仰賴大眾，因此人與人之間都有恩德，我們要常常謹記在心。如何報答？奉獻自己的智慧德能，為國家、為社會服務，就是具體報恩的行為。

第四、「下思造家之福」。「造家之福」是指齊家，家裡整理得整整齊齊。整齊的標準何在？倫理。倫理是一種天然的秩序。國家有秩序，國家強盛；社會有秩序，社會安定；家庭有秩序，家庭興旺。父慈子孝，兄友弟恭，夫義婦聽，這是齊家天然的秩序，決不是古聖先賢、孔老夫子制定的，這是自然之道。以佛法而言，這是我們的真心本性，本具的德能，本有的秩序，自然的，不是人為的。明白此理，我們才真正肯隨順聖賢的教誨。

他們之所以稱為大聖大賢，原因何在？他們不是要我們永遠聽他們的教誨。聽他們的教誨是在初學的階段，到你學到一定的程度，你的境界提升了，原來我們跟他們一樣！佛說：「一切眾生皆當作佛」，都是平等的。《圓覺經》、《華嚴經》說得更透徹，「一切眾生本來成佛」，比「應當成佛」更要親切。所以，佛法是平等的，儒家講是平等的，道家講還是平等的。古今中外，大聖大賢所垂訓的教

誨，無一不是清淨平等，這個道理我們要細心深入體會，才能得到真實的受用。

第五、「外思濟人之急」。要常常想到如何幫助苦難的眾生。在生活方面一定要懂得節儉，能省一塊錢，就能多幫助別人一塊錢。遇到別人有困難時，應當全心全力援助。

第六、「內思閑己之邪」。「閑」是防範，對自己一定要懂得防範邪知邪見的侵入。特別在這個時代，崇尚民主自由開放，這是世界潮流，無可厚非，但是一定要提倡正知正見、倫理道德的教育，以防範邪知邪見。

今日邪知邪見充斥全世界，這是社會動亂、災禍的根源。我很佩服新加坡政府，這是一個對人民負責任的政府。我最初到新加坡講經，受到嚴格的監督，所講的經本內容是須要報備的，經過審查許可

才能開講。聽說我們講經的時候，都有政府的便衣人員在監聽，如果說的是邪知邪見，造謠生事，破壞社會的團結，破壞種族的團結，立刻就會受到禁止。這是好事情！

我們要曉得，言論自由、出版自由決定造成社會動亂，因為邪知邪見無人防範。中華民族能夠綿延至今，這是因為歷代帝王保護人民的正知正見，防範邪知邪見在社會上流行，這個功德大。此地提出的六條是思惟的綱領，也是正知正見的思惟。

務要日日知非。日日改過。一日不知非。即一日安於自是。一日無過可改。即一日無步可進。天下聰明俊秀不少。所以德不加修。業不加廣者。只為因循二字。耽閣一生。

務必要天天檢點反省，把自己的過失找出來。一天不知道過失，

自以為是，這是大病。一天沒有過可改，就無法進步，不能進步就決定退步。天下聰明俊秀之才不少，何以道德不能天天增長，德業不能天天擴張？都是被「因循」二字害了。在德學功業上，得過且過，沒有認真努力去做。

佛門常講「開悟」，何謂開悟？知道自己的過失就開悟了。你能把自己的過失改正過來，這叫真修行。學佛的同學們，最重要的是早晚功課，早晚功課不是念給佛菩薩聽的。早課的用意是在提醒自己，希望這一天處事待人接物，不要忘記佛陀的教誨，要身體力行。晚課是反省自己今天對人對事對物，哪些是正確的？哪些是錯誤的？做對了，明天繼續保持；做錯了，明天一定要改正。如此做早晚課才有功德。「日日知非，日日改過」，這才是做早晚課真正的意義。

雲谷禪師所授立命之說。乃至精至邃至真至正之理。其熟玩而勉行

之。毋自曠也。

這是第一篇「立命之學」的結論。「邃」，是深。「真」，是決定沒有虛妄。「正」，是決定沒有絲毫邪僻。雲谷禪師教導他立命的學說，至精至邃，至真至正，沒有絲毫虛妄邪僻。他自己一生努力修學，改造了命運。命裡沒有功名，他得功名；命裡沒有兒女，他得了兒子；命中只有五十三歲，他活到七十四歲。這足以證明雲谷禪師的教誨正確無誤。

了凡先生這幾篇文字是用來教訓子孫後裔的，他的後代將這些寶貴的理論與方法，公諸大眾，希望社會大眾都能明瞭立命之學，並藉此改造自己的命運。一個地區，一個國家，乃至擴展到整個世界，人人都能依此教誨修學，必定生活幸福，社會安定，世界和平。

二、改過之法

「改過之法」與「積善之方」是本書的重點。以佛經慣例而言，第一篇是序文，第二、第三篇是「正宗」，最後一篇是「流通」。以此三分來觀察，就能明瞭全書的旨趣。「立命之學」懂得了，從哪裡做起？改過。人生來既不是聖人，怎麼可能沒有過失？孔子說：「過則勿憚改。」不要怕有過失，要有勇氣、有決心、有毅力改過，即使小小過失也要認真改。一般人因循苟且，得過且過，疏忽小過失，不重視小的惡念，於是小過失養成大過失，小的惡念慢慢養成大的惡念，後果不堪設想。

改過之法，第一段講「改過之因」。避禍納福是人之常情，我們要知道，吉凶禍福決定有預兆。

春秋諸大夫。見人言動。億而談其禍福。靡不驗者。左國諸記可觀

也。

「大夫」是國君、諸侯的助手，就像現在的部長、總理這一階層的人物。「億」，是猜想。「左國」，是《左傳》、《國語》，這是左丘明的著述。「諸記」，是《公羊傳》、《穀梁傳》。

他們見多識廣，經驗豐富，看到這個人的舉止，聽聽這個人的言語，再推想他將來的吉凶禍福都很靈驗。了凡先生引用古人的記載，說明左國諸記中，我們都能明確的看到，吉凶禍福都是有預兆的。

大都吉凶之兆。萌乎心而動乎四體。

人心存善惡念，所造善惡業行，只能欺瞞愚人，決定瞞不了有道德、有學問的人。我的三位老師：方東美先生、章嘉大師和李炳南老居士，他們都有這個能力，都能看得很清楚。偶爾也談談：「某

人命很薄，沒有福，沒有壽；某人心地純厚，積功累德，將來必有福報。」他們對於福薄的這些人都生憐憫心，教導他改過修善，創造命運。我年輕時就是屬於薄福短命之人，我聽老師的話，所以老師特別憐憫我，教導我改造命運，自求多福。

「萌乎心而動乎四體」，起心動念自然表現在言語動作之中。

其過於厚者常獲福。過於薄者常近禍。俗眼多翳。謂有未定而不可測者。

這是提出一個原則。一個人心地善良，待人厚道，處處能替別人著想，這個人將來有福。反之，心胸狹窄，起心動念為自己的利益，損人利己，對人刻薄，此為薄福之人。縱然眼前有福報，這是命中的福，命中福雖不小，因為心行不善，福已經折了，折了還有餘福。由

此可知，他要是存好心、行好事，他的福報一生享不盡，他的餘福子子孫孫都享受得到。

然而世俗之人沒有學問，缺少常識，如白翳障住眼睛，什麼都看不清楚，以為禍福沒有一定，而且無法預測。真正有學問、有德行的人，他們明瞭事實真相。

至誠合天。福之將至。觀其善而必先知之矣。禍之將至。觀其不善而必先知之矣。

這是說明禍福可以預知，可以預測得相當準確。我們能不能得到這個能力？答案是肯定的。我們想要有這種能力，只要做到「至誠合天」這四個字就行了。「天」就是自然法則，我們起心動念合乎自然的法則，不加絲毫的妄想、分別，心地真誠、清淨、平等，這個能力

就現前了。

一個人心善、言善、行善，對人厚道，就能推想到他的福報快要現前了；如果他的思想言行不善，他的災難就愈來愈近，這是從小而言。從大而言，觀察家庭、社會，乃至於國家、世界，無不準確。這裡面有道理在，決不是妄言。我們要曉得自己這一生，特別是將來的吉凶禍福，應當從起心動念、言語造作處反省。如果純善，可以肯定災消福來；如果心不善、言不善（花言巧語欺騙眾生）、行為不善，自己要警惕，禍患災難必定一天一天接近。從個人到家庭、社會、國家、世界，無不如是。

今欲獲福而遠禍。未論行善。先須改過。

趨吉避凶，改過為先。在沒有談行善積德之前，先要改過。過不能改，或改得不徹底，雖然修善，善中夾雜著惡，善不純，功難顯。

因此，改過是積善的先決條件。所以，先講「改過之法」，再說「積善之方」。

但改過者。第一要發恥心。思古之聖賢。與我同為丈夫。彼何以百世可師。我何以一身瓦裂。耽染塵情。私行不義。謂人不知。傲然無愧。將日淪於禽獸而不自知矣。世之可羞可恥者。莫大乎此。孟子曰。恥之於人大矣。以其得之則聖賢。失之則禽獸耳。此改過之要機也。

了凡先生提出了改過的三個要素，第一是羞恥心。人能夠知恥，就決定不會起妄心、動惡念。知恥放在改過三要素之首，用意非常之深。凡夫何以不能成聖，病根就在此地，這是把我們的病根說出來了。

我們應當常常想到，古聖先賢與我們同樣是人，佛經亦云，諸佛如來也是從凡夫修行成佛菩薩。孔老夫子、釋迦牟尼佛距今幾千年，還普遍為世人所尊敬，不分國家、不分種族，甚至不分宗教都接受其教誨。諸佛菩薩、大聖大賢何以能成為百世之師？我為什麼不能？以此標準觀察，羞恥心就發出來了。人能常如是思惟，必能發憤自強。

「我何以一身瓦裂」，就像一個破碎的陶器，一文不值。

「耽染塵情」，這是我們的毛病。「耽」，是過分的快樂。「染」，是染污；「塵」，是五欲（財色名食睡）六塵（色聲香味觸法）。這些一定要節制。若縱情放逸，後果不堪設想。世間人耽染七情五欲，不知情欲非真，其中雖有樂，但是付出的代價甚大，得不償失。佛為我們詳細說明，這個代價就是六道生死輪迴。世間最苦、最可怕之事，莫過於此。

由此可知，聖賢人在世間，和光同塵，亦不離七情五欲，但是能淡薄情欲，行為合禮合法。「禮」，就是有節度，不能不及，也不能過分。不及是不合禮，過分也不合禮。在古聖先賢的教育裡，家庭有秩序，夫婦相敬如賓，都有節度，決不是縱情耽染，所以家庭和睦。

粗淺的說，人歡喜七情五欲的享受，但是人更愛惜自己的生命。人到了生命快要結束的時候，大概七情五欲可以捨，但是不願意捨自己的身命，而且還希望長壽，這都是人之常情。你想長壽，就要在生活各個方面懂得節制。古人云：「病從口入，禍從口出。」你要遠離災禍，言語態度不能不謹慎；你要身體健康，飲食起居不能不謹慎。

如今希求健康長壽者，不知養生之道，反而使身體衰弱。我初學佛時，明白素食有益於身體健康，就決心吃長素。當時一些長官、同學、朋友都勸我：「學佛是可以，但是佛教裡有很多事情不能做！」可是到了晚年，五、六十歲的時候，這些朋友們看到我，態度完全改

變了，都說「你的路走對了！」。再過二十幾年看到我，現在個個都羨慕我相貌改變了，體質改變了。這是修學佛法的第一個好處。

去年，澳洲政府發給我永久居留證，按照規定必須做身體檢查。檢查完之後，醫生說：「法師，您來檢查是多餘的。您到底吃什麼營養品？」我說：「所有營養品，我一概不沾。」為什麼？那些東西都有副作用，生活愈簡單愈好。我每天早晨六點多鐘起來，晚上十二點鐘才入睡。吃過午飯，如果沒有事情，會休息一會兒；有事情可以不必休息，還是精神飽滿，工作正常。所以，你能說素食沒有營養嗎？我可以做證明。許多出家人身體都很好，也吃得肥肥胖胖，他們並沒有吃肉。

健康真正的因素是心地清淨，沒有妄想、雜念。其次，飲食起居如法，有秩序，有節制，決定不沾染五欲六塵、名聞利養、貪瞋痴慢，這是健康的真因。一切隨緣而不攀緣，這是健康的外緣。有真

因，有外緣，健康的果報自然現前。

「私行不義」，「不義」就是不應該做的。真正講求修養的人很謹慎，無論對人、對事、對物，一定會想到這件事我應不應該做？這句話我應不應該說？

「謂人不知」，以為別人不知。古人言：「若要人不知，除非己莫為。」掩藏得再嚴密，終有敗露的一天，哪會有人不知道的事情？

「傲然無愧」，「傲」是傲慢，「無愧」是沒有慚愧心。慚是良心的責備，愧是輿論的制裁。如果受到外人的批評，卻毫不在乎，臉皮很厚，這樣的行為「將日淪於禽獸而不自知」，禽獸是三惡道。這句話的意思是如此造作，必定淪於三惡道，自己還不覺察。

經云：「人身難得，佛法難聞。」失掉人身，來生再得人身的機會很小。得人身的條件為何？五戒十善。儒家講的五倫十義做得沒有

欠缺，來生一定得人身。我們能得人身，就是過去生中五戒十善修得還不錯，這一生得這個果報。但是這一生我們有沒有繼續修？就要問自己了。

「世之可羞可恥者，莫大乎此」。我們原本與聖賢人一樣能生天，也能作佛菩薩，但是今天因為思想、見解、言行不善，將來的前途卻在地獄、餓鬼、畜生。果報懸殊如此之大，真是可羞可恥！

我常說學佛就是學聖人，學做一個明白人。唯有明白，才能向上提升自己的境界，現前過諸佛菩薩的生活，將來入諸佛菩薩的境界，我們學佛真正的目標在此地。現在我們要把這個身體當作工具，多替眾生做一些好事，為人民服務，為國家服務，並且改過修善，積功累德，為大眾做個好榜樣。

「孟子曰，恥之於人大矣，以其得之則聖賢，失之則禽獸耳，此

改過之要機也」。儒家講「知恥近乎勇」，勇於改過自新，就能成聖成賢；若不知恥，就會淪落到地獄、餓鬼、畜生。「知恥」是改過一個重要的訣竅，我們不能不注意。

我在美國休士頓曾經遇到一位同修，跟我談到今日社會動亂不安，必須從知恥來幫助大眾回頭。現在人之所以敢造惡業，究其根本因素，就是不知恥。所以，我們今天應該要提倡知恥，成立一個知恥學社。我同意他的說法。以後我離開美國，這件事情也就淡漠了。任何一樁好事，一定要有熱心的人士去推動。這件事一定要尋找對傳統道德還有概念的人，聽到還能生歡喜心的人，集合起來成立一個社團，自己認真修學，並大力弘揚。

第二要發畏心。天地在上。鬼神難欺。吾雖過在隱微。而天地鬼神。實鑒臨之。重則降之百殃。輕則損其現福。吾何可以不懼。

改過之法，第二要發畏心。「畏」是害怕，含有恭敬的意思，知道畏懼，才能生誠敬之心。過去，弟子對於父母、尊長，學生對於老師，都有敬畏之心，又敬愛又害怕。如果沒有畏心，又不知恥，什麼樣的壞事做不出來？今天知恥的人少了，敬畏的人也少了，原因何在？在於沒有好好的教導。人不是聖賢，不是佛菩薩再來，所以教育比什麼都重要。

《禮記・學記》云：「建國君民，教學為先。」自古以來，一個政權的建立、朝代的形成，不出五年，國家一定是制禮作樂，這樣教化人民的工作就完成了。所以，改朝換代亂世的時間很短，很快就能恢復秩序。唯獨我們這一代很可憐，滿清滅亡之後，一直到今日，都沒有制作禮樂。禮樂沒有頒布，這個時代將來在歷史上就稱為「亂世」，這是中國歷史上動亂時間最長的一個時期，人民的生活，人與人之間的往來，無所適從。

在台灣民間，一般父母過世了，兒女在喪禮時穿的孝服，有人披麻帶孝，有人穿黑色中山裝。同修們問我：「這個合不合禮？」我說：「中華民國建國至今，沒有頒布禮樂。有人披麻帶孝，這是清朝的禮；有人穿黑色衣服，這是用外國人的禮，都可以用。因為國家沒有禮，用什麼都能行得通。」過去帝王時代非常重視禮樂，衣服不能隨便穿，你是什麼身分就穿什麼服裝，士農工商都有分別。人家一看，就知道你是從事哪一個行業，你在社會上是什麼樣的地位，便於行禮。現在沒有禮，社會沒有秩序，天下大亂。我們生在這個時代，雖然嚮往古代那種社會，但是我們也不能忽略現實。

天地鬼神到底有沒有？肯定有，但是我們眼睛看不到，耳朵聽不到，身體也接觸不到。然而我們接觸不到的東西太多了，不能因為我們接觸不到，就認為它不存在。何況鬼神的感應，不但在中國歷史上記載得很多，現代報章雜誌也常常報導。那些報導當然都是事實，可

是依然有許多人不相信。這也難怪，如果不是親自經歷，別人講的很難相信。到哪一天你有緣分親自見到鬼神，你才會相信。

我初學佛的時候，朱鏡宙老居士給我講過很多他親身經歷的故事，都是真的。抗戰之前，他曾經是蘇州一家銀行的總經理；抗戰期間，他是四川稅務局長；抗戰勝利後，他做浙江省財政廳長。我問他老人家學佛的因緣，他說抗戰期間住在重慶，晚上常常跟朋友打麻將。有一天到凌晨兩點多才散會，那時沒有交通工具，都是走路回家，路燈很暗，他看到前面有個人，也沒在意。走了差不多半個多小時，他忽然想到，前面這個人是個女的，一個單身女子，怎麼會半夜出來？他這一想，寒毛直豎。再仔細一看，這個人只有上半身沒有下半身，他嚇呆了。這一驚嚇，前面這個人就不見了。他跟這個人在一起走了半個多小時，絕對不是眼花，他真的是見到鬼了。他說從這一天起，他才真的相信佛。學佛之後，他對那個鬼非常感激，他說如果

不是親自遇到，這一生永遠不會相信。他的岳父章太炎先生是位虔誠的佛教徒，以前也常講故事給他聽，他聽了半信半疑，一直到自己親身遇到之後才相信，這決定不是虛妄的。

我自己雖然沒有見過鬼，可是我曾經遇到像小說《聊齋》裡面講的狐狸精。大概在我十五、六歲的時候，在湖南衡山，我遇到的這個狐狸精是已經變成人形了，是個男的，很多人見過。抗戰勝利之後，我回到家鄉，家鄉有個親戚遇到一件很奇怪的事情。我的家鄉出米，收的稻米都運到蕪湖、南京去賣。在裝船的時候，有人看到有一隻黃鼠狼從跳板鑽進船上，船工找了很久都找不到，大家以為是眼花看錯了。後來，這一船米運到南京，準備下貨的時候，才發現一船的米不見了。他們在南京逗留了幾天，回家之後，發現米竟然還在米倉裡。不知道是怎樣得罪黃鼠狼的，所以黃鼠狼跟他們開玩笑，把一船米又搬回家，還好沒有損失，這是事實。世間之大，無奇不有，我們親自

見到的事情太少了，所以不能說沒有見到就不相信。

「吾雖過在隱微」。我們的過失縱然非常隱密、微細，人們覺察不到，但是「天地鬼神，實鑒臨之」。「鑒」是鏡子，天地鬼神的鑒察就像鏡子照物一樣清楚。

「重則降之百殃」，常常造作惡業，一定會遇到意想不到的災難；「輕則損其現福」，輕者折損現前的福報。明白此理，了解事實真相，怎麼不害怕？

不惟是也。閒居之地。指視昭然。吾雖掩之甚密。文之甚巧。而肺肝早露。終難自欺。被人覷破。不值一文矣。烏得不懍懍。

前一段講天地鬼神鑒察，本段講我們現前居住的環境。「不惟是也」，不但如此。「閒居之地，指視昭然」，所謂「十目所視，十手

所指」。尤其是現代社會，都市人口稠密，我們的一舉一動都有許多人看到。

「吾雖掩之甚密」，我們雖然掩藏得很細密。「文之甚巧」，「文」是文飾，遮飾得很巧妙。「肺肝早露，終難自欺」，有學問、有道德的人，一眼就看破了，一文不值。「懍懍」是恐懼、害怕的樣子，想到這些地方，又怎能不害怕？

所以，一個人起心動念、言語造作要本著良心，畏懼輿論的制裁。我們行善，不願意別人知道；我們造惡，希望別人指責，我們的惡就報掉了，這是好事情。他所指出來的，我真有錯，就要悔改；我沒有這個過失，我也歡喜，因為被冤枉是消業障最殊勝的方法。所以，不論別人指責的是不是事實，我們都要心存感恩。古人云：「有則改之，無則加勉。」如果自己有過失，要趕緊改過自新；沒有，要更加勉勵，決不犯這樣的過失。

所以，一個真正懂得成就自己斷惡修善、積功累德的人，念念都想別人的好處，決不把別人的不善放在心裡。為什麼？我們的心純善，把別人的不善放在心上，就破壞了自己的善心。現在這種愚痴的人，不在少數。別人讚歎我，我也要冷靜思惟，我有沒有這個實德？我是不是真的做了這些好事？縱然是真的，我們也要謙虛，更加努力。如果言過其實，要生慚愧心，向他表示我沒有你說的這麼好。而且應當勉勵自己，不要辜負他人的讚歎。如此德行才能成就，凶災才能免除，善福才能降臨。

不惟是也。一息尚存。彌天之惡。猶可悔改。古人有一生作惡。臨死悔悟。發一善念。遂得善終者。

這是改過自新的理論依據。人只要還有一口氣，即使從前造作再大的罪惡，都能夠悔改。這是舉例說明，何以一生造作極大的罪業，

真正懺悔，還能消除業障。這樣的例子，古今中外很多，只要細心觀察，不難得知。實在說，這個理太深了，不是凡夫能夠理解的。不但凡夫不能理解，經上講二乘聖者、權教菩薩都無法理解。為什麼？《楞嚴經》上，佛告訴我們，虛空法界國土眾生原本是一體的，所以這個問題涉及到虛空法界宇宙的來源、生命的起源、眾生的起源這些大道理。

謂一念猛厲。足以滌百年之惡也。譬如千年幽谷。一燈纔照。則千年之暗俱除。故過不論久近。惟以改為貴。但塵世無常。肉身易殞。一息不屬。欲改無由矣。

「千年幽谷」，是指岩洞、鐘乳石洞。一念懺悔猛厲，就足以洗淨百年之惡，猶如千年的黑暗，只要有一盞燈，千年的黑暗就破除

了。「故過不論久近，惟以改為貴」，過失就像黑暗一樣，只要一盞燈就能把它照破。這盞燈比喻智慧、覺醒，真正覺悟了，一念覺、一念真智慧現前，罪就消了。

我們無量劫來迷在情欲之中，盲目無知的執著身是自己，貪圖五欲六塵的享受，造作無量無邊的罪業，因此造成無量劫來生死輪迴。我們知道身命是短暫的，但是精神長存；佛家講法身慧命，那是永恆的。《八大人覺經》云：「世間無常，國土危脆。」世間剎那剎那在變化，人身難得而易失，一口氣不來，這一生的身命就結束了。這個時候，「欲改無由矣」，想改也沒有辦法了。所以，一念覺、一念智慧非常可貴。

明則千百年擔負惡名。雖孝子慈孫。不能洗滌。幽則千百劫沉淪獄報。雖聖賢佛菩薩。不能援引。烏得不畏。

就世俗而論，造作惡業太多，惡名流傳後世，世人聽到你的名字就會生厭惡之心。如中國歷史上的秦檜，一生作惡多端，千百年來留下罵名，他的兒孫再孝，也無法幫他洗滌。留惡名於後世，這是非常不榮譽的事情。現在人常說「榮譽是人的第二生命」，其實這還其次，最嚴重的是來世的果報。惡業造得太多，所謂「五逆十惡罪」，這是墮阿鼻地獄的罪業。

地獄從哪裡來的？朱鏡宙老居士曾經跟我講了一個故事，這是他的岳父章太炎先生，在北京時有一段時間被東嶽大帝請去作判官。東嶽大帝在中國山東省泰山，管轄的區域有五、六個省分，他掌理這個地區的生死和吉凶禍福。判官的地位很高，相當於祕書長。章太炎先生說晚上小鬼就來了，抬著轎子請他去上班，第二天早晨天剛亮，他就下班，小鬼再把他送回來。他日夜都不休息，白天在人間辦公，晚上到鬼道上班。

他常常把他在鬼道的所見所聞，跟一些朋友們敘說。有一次，他問東嶽大帝（閻羅王比東嶽大帝還要高一級）：「地獄的刑罰，有一種叫炮烙（炮烙是把鐵柱燒紅，使罪人抱著），這個刑罰太殘酷了，希望東嶽大帝能大發慈悲心，把這個刑罰廢除。」東嶽大帝聽了他的話，點點頭說：「你先去刑場參觀一下。」於是東嶽大帝就派兩個小鬼帶他去參觀現場。到了現場之後，小鬼告訴他：「這就是現場，你看！」可是他完全看不見，於是才恍然大悟，原來地獄的刑罰不是閻羅王設的，所以他不能廢除。刑罰是從哪裡來的？是惡業變現出來的。就跟人做惡夢一樣，自作自受，不是別人做出來給你受的。這才曉得佛經講的道理是真實的。

所有一切歡樂、痛苦的境界，無一不是自心變現的。《華嚴經》講一切法「唯心所現，唯識所變」，包括天堂、地獄。心，是你自己的真心；識，就是妄心。你的心善、行善，現出來的境界自然是至

善美滿；你的心惡、念頭惡、行為惡，現出來的境界自然是災難。所以，天堂是自心變現的，地獄也是自心變現的，我們現前這個生活環境，還是自心變現的。

有人說：「我的心怎麼會變現這個境界？」這的確是一個關鍵的問題。什麼是心？心在哪裡？心像什麼樣子？這在佛教是個大問題。《楞嚴經》一開端，釋迦牟尼佛就跟阿難尊者討論真心、妄心，心在何處，心是什麼樣子，心有什麼作用，經文很長，共有十卷，就是討論「心」。禪宗云：「若人識得心，大地無寸土。」一個人真正認識「心」，世出世間所有法都通達無礙。所以，一切唯心造，一切法唯識所變，我們不能不提高警覺。

地獄境界現前了，佛菩薩雖然大慈大悲，能不能度你？如果你執迷不悟，地藏王菩薩再慈悲也幫不上忙。佛菩薩確實常住地獄，苦口婆心的教化這些苦難眾生。受教的人一定要覺悟，一定要能信、能

解、能行，才有機會脫離地獄的苦報，然後一個層次一個層次不斷的向上提升。所以，佛的恩德第一大，超過父母。父母對我們的恩德是一生一世，佛菩薩對我們的恩德是生生世世，永遠不相捨離，我們造作再嚴重的罪惡，他也不會捨離我們。這是我們應當向佛學習的。

第三須發勇心。人不改過。多是因循退縮。吾須奮然振作。不用遲疑。不煩等待。小者如芒刺(註二)在肉。速與抉剔。大者如毒蛇嚙指。速與斬除。無絲毫凝滯。此風雷之所以為益也。

改過之法，第三要發勇猛心，勇猛精進，改過自新。人不改過，大多是「因循退縮」。「因循」就是得過且過、馬馬虎虎，無論做什麼事情都不認真，這樣過失就很難改了。「退縮」就是退轉。人何以不能改過，或是想改而改不過來，都是被因循退縮障礙住了。所以，

更需要勇猛振作起來，絕不懷疑，有過當下就改，不須遲疑，這是勇猛心的樣子。

小的過失，就像刺扎在我們的肉裡，要趕快把它剔除；大的過失，就像毒蛇咬了我們的指頭，要立刻把指頭斬斷。如果不斬斷，蛇毒攻心，人就會死亡。此時，「無絲毫凝滯」，決定沒有猶豫，當機立斷。這是「風雷之所以為益」，「風雷」是《易經》裡面的卦，取它的現象，風吹雷動。春天的現象是萬物生長，所以它有益，稱為「風雷益」。在此地是形容當機立斷、勇猛改過的相狀。

具是三心。則有過斯改。如春冰遇日。何患不消乎。

改過必須具備知恥心、畏懼心、勇猛心，具此三心，改過猶如春冰，遇到太陽就融化了。「冰」比喻惡業，「太陽」比喻勇猛，勇猛改過，過失自然就消除了。

然人之過。有從事上改者。有從理上改者。有從心上改者。工夫不同。效驗亦異。如前日殺生。今戒不殺。前日怒詈。今戒不怒。此就其事而改之者也。強制於外。其難百倍。且病根終在。東滅西生。非究竟廓然之道也。

這是說改過的效果不同，有人從事上改，有人從理上改，有人從心上改。但是都必須要具足三心，沒有三心，無論從哪一方面做起，都得不到效果。

先說從事上改。譬如從前殺生，現在發心受持五戒，不殺生了。不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不飲酒，這五條戒都是在斷除自己的習氣，但是習氣太深，要斷除非常困難。從前喜歡發脾氣罵人，現在不發脾氣了。這些都是從事上改，這是一種強制的行為。但是一味制止是有限度的，有個飽和點，所以從事上改，很難改得徹底。

「病根終在」，貪瞋痴慢是病根，病根沒有斷除，境界現前，煩惱習氣就會起現行。有些人善根深厚，還能強制得住；善根薄弱的，遇到大逆境，就無法控制住了。「東滅西生，非究竟廓然之道」，所以無法徹底拔除。

因此，學佛的人很多，都有善心，都想改過，也發心受戒，但是受了之後又做不到，所以很難！

善改過者。未禁其事。先明其理。如過在殺生。即思曰。上帝好生。物皆戀命。殺彼養己。豈能自安。

其次，從理上改。會改過的人，在事情尚未做之前，先了解其中的道理。如果有殺生的過失，就要常常想到「上天有好生之德」，所有的動物都愛惜自己生命，連蚊蟲、螞蟻也都貪生怕死，我們殺牲

來養自己，我們的心能安嗎？反過來說，人家殺我們去養他，我們能甘心情願嗎？從前沒有人教導，疏忽了這樁事情；現在接受了聖賢教誨，要將這些教訓常常放在心上，常常想到這些道理。

且彼之殺也。既受屠割。復入鼎鑊。種種痛苦。徹入骨髓。

再設身處地的想想，動物被屠殺時的狀況，繼而放入鍋裡煮的種種痛苦。假如被殺的動物是我，先是被燒煮，然後被人吃了，那真是痛徹骨髓。一思及此，怎麼還忍心吃眾生肉？再想想果報，尤其寒心。

家父是職業軍人，在抗戰期間，家裡槍枝很多。父親喜歡打獵，我們從小跟著他打獵，天天有野味吃。可是抗戰勝利之後，他死的狀況跟《地藏經》講的完全相同。他瘋狂，看到山就往山上跑，看到水就往水底鑽，就像野獸一樣。經上講殺生的果報，我親眼看到了。想

到父親生病到死亡的狀況，我非常恐懼！我自己也打了三年獵，殺了不少動物，後來讀佛書，想到這些情形，就再也不敢做了。所以，我從二十六歲開始吃長素、放生，贖過去殺生的罪過。我學佛之後，我只做三樁事情，第一是印經，這是跟印光大師學的。第二是放生，消除我殺生的罪業；第三布施醫藥，看到人生病很苦，窮人沒有能力買醫藥，我每個月捐一點錢，布施醫藥。

己之養也。珍膏羅列。食過即空。疏食菜羹。儘可充腹。何必戕彼之生。損己之福哉。

我們日常生活習慣菜餚很豐富，但是你有沒有想到「食過即空」？我們為誰貪圖美味？為誰殺生吃肉？是為能辨別滋味的舌頭。舌頭不過三寸長而已，到喉嚨以下就不知道味道了。如果為了滿足三寸舌頭，而造作無量無邊的罪業，不值得！疏食菜羹都可以充饑飽

腹，何必殘殺生命，折損自己的福報。這個道理與事實，我們有沒有認真想過？

如果說素食沒有營養，素食妨礙健康，我可以給大家做證明，我素食到今年整整五十年，一生沒有生過病，健康長壽，體力不衰。我對養生非常含糊，沒有講求，唯一遺憾的就是牙齒不好。前年，有一位同修帶我去看牙醫，替我洗牙。牙醫跟我講：「法師，您的牙齒很不錯，保持得很好，七十多歲了，別人的牙齒比不上您。」這是得力於素食，素食對於健康大有好處。

世間人都懂得講求衛生，可是還有更重要的，大家疏忽了，就是衛性、衛心。衛性，是養好的性情，性情會影響生理。衛心，是養真誠心、養清淨心、養平等心、養慈悲心。懂得養心、養性，又懂得養生，身體當然健康，怎麼會生病！

在素食裡面，佛法揀別五種蔬菜不吃，即「五葷菜」。「葷」是草字頭，葷不是肉，肉是「腥」。「葷」是指蔥、大蒜、小蒜（蕎頭）、韭菜、洋蔥。葷辛必須戒除，因為這五種東西生吃會刺激生理，容易發脾氣，為了防止發脾氣、動肝火，所以戒除。熟吃會產生荷爾蒙，容易引起性衝動。但是如果用極少量做香料配菜，它不起作用，這是可以的。所以，一定要懂得戒律真正用意之所在，你才曉得戒律是大自由。斷惡行善，不食一切眾生肉，也是大自在。明白此理，我們自然就會選擇素食，歡喜素食。所以，佛法的教學通情達理，合情、合理、合法，並不是一成不變，而是活活潑潑的。

又思血氣之屬。皆含靈知。既有靈知。皆我一體。縱不能躬修至德。使之尊我親我。豈可日戕物命。使之仇我憾我於無窮也。一思及此。將有對食傷心。不能下咽者矣。

「血氣之屬」是指動物。動物都有靈知。我們知道物質是有界限的，靈知沒有界限，沒有界限就是一體。因此，虛空法界是我們的心顯現出來的樣子。我們的妄想、分別、執著變現出來的樣子，就是眾生、國土、自然現象。凡夫粗心大意，很難覺察到虛空法界與自己是一體。正因為它本是一體，所以一切眾生彼此之間都有感應。感應的靈敏程度與眾生的清淨心、染污心成正比，心愈清淨，感應的靈敏度愈強。所以，整個虛空法界所有一切眾生，都跟佛菩薩起感應道交的作用。佛菩薩的接收器非常靈敏，極微弱的波動都能夠收得到。

我們的接收能力與佛菩薩原本是相同的，現在為什麼有這麼大的差距？他們的接收器保持得非常完整，跟新的一樣；我們不知道愛惜保護，染污了許多塵垢，髒亂不堪，所以接收的能力差。我們只能覺察到大的波動，微細的波動完全接收不到。如果我們能夠真正做修養功夫，把心地的穢垢洗刷清除，恢復我們的本能，我們接收的能力就

與諸佛如來無二無別。虛空法界，過去、未來，所有極其微弱波動的現象，我們都清清楚楚、明明白白。

這個接收的工具不需要機械，不需要肉體，而是靈知。靈知有沒有相？靈知沒有相，這是對具備這個程度與常識的人說的；對佛菩薩而言則是「靈知有相」，這個色相稱無表色。換言之，我們的眼、耳、鼻、舌，乃至於意，都無法感受得到，所以說無色。其實，無色還是有色，但是我們見不到這個色，佛菩薩能見到。

譬如作夢，夢中有沒有色相？不能說沒有色相，因為夢醒之後，回憶夢境清清楚楚，譬如夢到哪些人物，夢到在做什麼事，夢到生活環境的狀況，就像真的一樣，怎麼會沒有色相！既然有色相，你在作夢，旁邊的人為什麼看不到？於是我們就能體會到佛講的無色界，就像夢中的境界、定中的境界，自己清清楚楚、明明白白，但是別人覺察不到。別人跟我們在一起，無論他是醒著或是睡著的狀態，他都無

法進入到我的夢中，他見不到我夢中的境界，就是這個道理。

如果是有功夫的人，也就是心地清淨到一定程度的人，你作夢，他在旁邊能看見。傳奇小說《黃粱夢》中，秀才打瞌睡的時候，做了一個夢。老道有定功，秀才在夢中做了什麼事情，他全都知道。怎麼知道的？夢中的境界是心變現的，他看到了。

從這些地方，我們就能了解色有粗色、顯色、極微細色，凡夫無法體會。佛菩薩清淨心的純度，我們無法想像。在佛菩薩的境界中，一切眾生極其微細的念頭、現象，也都清清楚楚，一目了然。所以，靈知與我是一體，既然是一體，色相也是一體。

「縱不能躬修至德，使之尊我親我」，是指縱然不能把自己的道德水平修到究竟圓滿，使這些小動物尊敬我，親近我。印光大師七十歲之後，房間裡的蚊蟲、螞蟻、蟑螂、跳蚤，一個都找不到，他的道

德修養達到這樣的水平，使這些小動物都敬仰大師，都來保護他，怎麼會來干擾他？所以，我們有德行去感化牠們，牠們決不會來干擾我們。

我們見到了、聽到了，自己也要加功修德，斷惡修善。我們認真努力做，心地就會一天比一天善良，一天比一天誠懇，一天比一天清淨，一天比一天慈悲。從什麼地方看？從居住環境裡的小動物上看。牠們來的數量少了，騷擾次數少了，這是我們值得安慰的，因為自己的善德在進步。但是還不夠，為什麼？沒斷絕。因此，我們每天讀經、念佛，所修積的功德都迴向給牠們，我們要把牠們看成自己的兄弟姊妹。我們照顧牠們、尊重牠們，牠們也尊重我們；我們敬愛牠們，牠們也敬愛我們。

不僅是動物，連植物，樹木花草都有感應。我們愛護它、照顧它，花開得美、開得香，這是它回報供養我們。我們種的菜、花果，

需要的時候去採來吃，它們也是甘心情願供養我們。外國人講植物喜歡音樂，確實是如此。所以，我們的菜園播放音樂，播放佛號，播放講經，它們也會聽。連植物都有靈性，何況是動物？

我們如果生活在愛的世界，生活在感恩的世界，生活在互助合作的世界，這個人生多美！「真、善、美、慧」不是口號，我們可以做得到，能夠契入這個境界，何樂而不為！

為什麼要殺害生命來養活自己？這些動物不是甘心情願給你吃的，你殺害牠，牠恨你，你就跟牠結了冤仇，生生世世沒完沒了。佛在經上提醒我們，「吃牠半斤，來世要還牠八兩」，「人死為羊，羊死為人」，生生世世互相酬償，是多麼可怕的事情！

修行人在菩提道上障礙很多。障礙從哪裡來的？都是無量劫來，以及這一生中，跟這些有情、無情結下的冤仇，造成許多的障礙。

我們幸虧還有一點善根、福德，能讀聖賢書，聞聖賢教，深信不疑，依教奉行，老實努力去做，才能證明古人的教誨真實不虛。佛教導人「信、解、行、證」，最後一定要證實，於是事實真相才大白。所以，我們在飲食的時候，能夠想到這些事情，就不忍心吃眾生肉了。

如前日好怒。必思曰。人有不及。情所宜矜。悖理相干。於我何與。本無可怒者。

為什麼會發脾氣？看到別人把事情做錯了，得罪於我，我才會發脾氣。但是別人為什麼會做錯事情？為什麼會得罪我？要多想一想。有人毀謗我、侮辱我、傷害我，他為什麼會有這些行為？那是他對我不了解，對我有誤會，我們彼此之間沒有良好的溝通管道，所以才有這樣的現象。這不能怪他，因為我自己也有不是之處。如果自己沒有錯，過失都在他那一邊，與我毫不相干，那就更沒有理由發脾氣了。

有時看到許多人為非作歹，我們確實不能忍受。這些人為什麼會有這種行為？《無量壽經》說：「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也。」佛說話多溫和！那是因為他的父母、長輩不懂得仁義道德，沒有好好的教導他，所以他才犯過，做一些違背法紀的事情。我們看到了、聽到了，應當原諒他，不能責怪他。你看，這樣的心多平和，心量多偉大！我們應當要學習。如果教導他，他還犯過失，我們就要回頭反省自己，教得不夠好，教得不夠圓滿。不要把過失推給別人，應當回過頭來自己好好想想。

有很多父母告訴我，現在兒女不聽話，也有很多作老師的告訴我，現在學生不聽管教。我說：「你的子女、學生沒有過失，是你沒有教好，你怎麼能怪他！」沒錯！現在社會的大環境非常惡劣，充滿邪知邪見，導致邪行充斥世間，年輕人哪有不受薰染的道理！這是現在年輕人難教的一個外在因素。

我們如何用內在的方法去克服？古人講：「精誠所至，金石為開。」連蚊蟲螞蟻、花草樹木都能被感動，人豈能不被感動！不能感動他們，是我們的精誠不夠圓滿。如果我們能夠這樣反省，自己的德行一定會向上提升。唯有提升自己的道德，才能感化現代這些年輕人。我們自己沒有清高的道德，一味去責怪年輕人、懲罰年輕人，這不是辦法。

懲罰不是最好的手段，最好的手段是感化，用真誠清淨平等的愛心去感化一切眾生。佛菩薩對於地獄、餓鬼、畜生都能感化，引導他們回頭是岸，何況世間有情眾生？我們應當要怪自己的功夫、德行不夠，決定不能怪別人還沒有接受感化，這樣才能成就自己、成就他人。

佛說：「未能自度，而能度人，無有是處。」所以，你要想度化別人，必須成就自己的德能。唯有自己有德能，才能感化別人、度化

眾生。佛在經教上說得如此圓滿究竟，我們讀誦經典不能疏忽了。

又思天下無自是之豪傑。亦無尤人之學問。行有不得。皆己之德未修。感未至也。

天下沒有自以為是的豪傑，凡是自以為是、剛愎自用之人，決不是英雄豪傑。如果稱讚他是英雄豪傑，那是有名無實。真正的英雄豪傑，決沒有自以為是的。

供養佛像的大殿，稱為「大雄寶殿」。我們稱佛是大英雄，佛有沒有自以為是？沒有。佛跟眾生講經說法，但是佛說他沒有說一句話。沒有說一句話，一大藏教說了四十九年，這是什麼緣故？他所說的都不是自己的，全是古佛所說。孔老夫子一生教學，他說他一生「述而不作」，沒有他自己的意思，所說的都是古聖先王的教誨。

如此的謙虛，絕不自以為是，這是真正的英雄豪傑。這是從「人」上說。

「亦無尤人之學問」，「尤」是怨恨。聖賢人的學問，決不會引發人的自私自利、貪瞋痴慢，也決不會教你去害別人、利益自己。這是從「學」上說。

我們要回過頭來反省自己，「行有不得，皆己之德未修」。確確實實是自己的真誠不夠、道德不夠，所以我們的感化達不到效果。

吾悉以自反。則謗毀之來。皆磨煉玉成之地。我將歡然受賜。何怒之有。

我們自己要認真反省，幫助社會安定和平，使一切眾生幸福美滿。從哪裡做起？從修德做起。自己沒有真正的德學，放不下自私自

利、名聞利養，如何能感化眾生？如何能行菩薩道？所以，我們想幫助世間減少災患，就要先修養自己的道德，自己有能力超越了，方能幫助廣大苦難眾生。如何幫助他們？以德行、學問感化，讓他覺悟明瞭，讓他懺悔，斷惡修善，積功累德，世間的災難就可以化解。縱然不能完全化解，也可以把災難的程度減輕，或是縮短災難的時間。

如何修養自己的德行，本書舉的例子很多，要細心體會，反覆推敲。譬如，「則謗毀之來，皆磨煉玉成之地。我將歡然受賜，何怒之有！」我們與人相處，能不能做到別人對我惡意的毀謗，而無絲毫怨恨心，這是功夫。

有同修告訴我，某人說你的壞話，毀謗你。他一開口，我就制止他。他非常驚訝！我告訴他，我希望對那個人永遠保持最好的印象，我永遠記人家的好處，記人家的善處，放眼看天下都是好人。我不希望把別人不善的言行放在我的心裡。若把別人的不善放在心上，

就會把我的心變成不善，這個損失就太大了。那個說我壞話的人，破壞我的人，從前對我很好，我永遠感恩戴德。以後種種不善，那是別有因素，多半是誤會。他為什麼從前對我好，現在對我不好？從利害上說，從前我對他有好處，現在我對他沒有好處，所以他的心理、態度、言行都改變了。這個改變，我清楚。我過去對他好，現在對他更好。為什麼？他的心目當中只有名聞利養，而我在道德上已經向上提升，名利也放下了。我對他的好，他不了解，甚至產生誤會，我應當要原諒他。說原諒他，我的心胸已經很小了，已經錯了！這個事情，在別人身上可以發生，但是在我的心中要永遠當作沒有發生過，這才能回歸自然，回歸天性。

所以，心地不夾雜絲毫不善之念，心只容納一切眾生的善心、善行、善德，這才是修養自己的道德。因此，遇到人家毀謗、侮辱、陷害，要心存感激。為什麼？從這個境界來勘驗自己的功夫，究竟到

什麼程度。如果還有一念厭惡的心，要立刻回過頭來懺悔，我的德行不夠，為什麼禁不起考驗？決定是「歡喜受賜，何怒之有」。人家這樣對我，我用歡喜的態度對他，慢慢傳開，對方會感激，回頭是岸。我救了自己，也救了別人。如果一聽到別人毀謗，我就發怒，存報復心，冤冤相報沒完沒了，自害害他。多想想，多思惟，我們就能夠自救救人、自度度他，何樂不為！

人生在世，應該一生都保持著真誠心、愛心，愛一切眾生。人愛我，我愛他不難；人恨我，我愛他，這才是真功夫、真德行、真學問。造五逆十惡罪業的眾生，我還是真誠、平等的愛他，因為我知道他有佛性。《三字經》云：「人之初，性本善。」我知道他的真心、真性本善，我尊敬他、愛他。他染上一些不良習氣，那不是真的，都是可以改的。所以，只要一念回頭，恢復到本善，就是善人。這些道理與事實真相，不能不知道。

又聞謗而不怒。雖讒燄薰天。如舉火焚空。終將自息。

聞謗要若無其事。去年，有些人寫長篇累牘的文章，刊登在報章雜誌上，指著我的名字毀謗我、侮辱我，說我提倡《無量壽經》會集本是很大的罪過，誤導念佛人。悟道法師把這些報導傳真給我，說要寫文章反駁。我告訴他：「隨他去罵，一句話都不要說。」為什麼？他罵累了就不罵了，與我不相干！文章隨他寫，他總有寫累的一天。我們毫無反應，現在不就沒事了。

要知道，兩個人愈罵愈起勁。如果一個人罵，一個人不吭氣，到最後他罵累了，自然就不罵了。旁觀的人會說：「某人有修養，某人風度很差。」所以，哪個人高，哪個人低，不就很清楚了，我們何必說一句話！何況罵人、發脾氣，對身體的傷害非常嚴重，三天都不能恢復。

你為什麼要發脾氣？他罵你，你很難過；他罵別人，你為什麼不難過？他罵我「淨空」，淨空是假名，很多人都可以叫淨空，我何必要接受！人家罵你，你就接受，是你傻、你愚痴！你聽他罵你，就要像聽他罵別人一樣，與自己不相干，心平氣和，冤結就化解了，誤會也化解了。

打架也是如此，兩個人愈打愈起勁。如果一個人打，一個人不還手，那個打的人打幾下就下不了台了。這個方法對於喜歡打架的人很有效果。我在年輕的時候，遇到一些朋友發脾氣打我，我不還手；他把我推倒，我就倒在地上不起來。旁邊人看到了，讓他在那裡很難看，下不了台。要打，打不下手；不打，好像也沒有辦法收回。所以，不要跟人爭，要保持好的友誼，幫助別人，成就自己，這是做人的道理。一切讒言，愈辯愈黑，不辯駁自然化解。

聞謗而怒。雖巧心力辯。如春蠶作繭。自取纏綿。怒不惟無益。且有害也。其餘種種過惡。皆當據理思之。此理既明。過將自止。

這一樁事情，我們在日常生活中常常遇到，自己要提高警覺，萬萬不可被境界所轉。發一次脾氣，不論時間長短，即使是一分鐘，我們心理、生理上的傷害，需要三天的時間才能恢復平靜。如果每天發一頓脾氣，對你的健康損失太大了，這是非常不值得的。

「聞謗」，別人對我們毀謗，在所難免。我們與大眾相處，實在無法令一切大眾對我們的言行都感到滿意，不但我們做不到，就是釋迦牟尼佛也做不到。世尊在世時，常常找麻煩、毀謗侮辱，甚至於陷害的有提婆達多，內部僧團有六群比丘，外面有六師外道，佛如何處理這些毀謗、陷害？不動心，用真誠、平等、慈悲來處理。這是世尊當年在世給我們做的榜樣，我們應當要學習。所以，如果我們聽到

別人毀謗，還會發脾氣，甚至於極力為自己辯護，這是自尋煩惱。因此，了凡先生在此地舉了一個比喻，「如春蠶作繭，自取纏綿」。

「怒不惟無益，且有害也」，這是至理名言。我們要是希望自己一生生活得幸福美滿，就要記住不發脾氣。發脾氣，對自己身心有害，對對方也有害。如果我們能夠忍受，能以不動心來處理，自他都得利益。自己得什麼利益？定慧增長。定慧增長就是福德增長，定慧是因，福德是果。我們沒有怨恨心，沒有報復心，不跟他結冤仇，所以自他兩利。這是菩薩道，這是菩薩學處，我們應當努力學習。當然，初學時有一定的困難，但是一定要懂這個道理，最初是極力的忍耐，若干年後就趨於自然。

「其餘種種過惡，皆當據理思之。此理既明，過將自止」。我們日常生活，對人對事對物種種的過失、惡行，總得要想想道理，原因明白了，過失自然就消失了。這是改過的第二個方法，比前面殊勝多

了。

何謂從心而改。過有千端。惟心所造。吾心不動。過安從生。

究竟改過的道理是從心上改。人的過失，說之不盡！過失不必等到造作，起心動念時，過失已經形成了。我們從早到晚起了多少個妄念，多少個自私自利、損人利己的念頭？這些過患都是唯心所造。所以，佛法的修行樞紐就是禪定。

無論是大乘小乘、顯教密教、宗門教下，無量法門，總而言之，都是修禪定。禪定是佛家修行共同的原則，只是修禪定的方法不相同。譬如，密宗用持咒的方法修禪定；淨土宗是以念阿彌陀佛的方法修禪定，有持名、觀想、觀像的方法；教下用讀誦經典的方法，有用持戒的方法。方法很多，無一不是修禪定。如果不是修禪定，那就不是佛法。何謂「定」？心在一切境界裡，無論順境逆境、善緣惡緣，

能做到不起心、不動念，就是禪定。

「吾心不動，過安從生」。起心動念就是過失，所以要在一切境界裡，對人對事對物練習不起心、不動念。實在講，在所有方法裡，念佛的方法最方便、最容易。為什麼？念頭才動，立刻「阿彌陀佛」，用阿彌陀佛把念頭打下去，念佛的用意在此地。如果一面念佛一面打妄想，就全錯了。念佛無非是用佛號把妄念打掉，也就是用一個念頭取代一切妄念。

念頭不會不起，如果念頭不起，你就是聖人了。凡人面對境界，哪有不起念的道理？古德常講：「不怕念起，只怕覺遲。」你要覺悟得快，要把念頭制止。不管念頭是善、是惡，立刻用「阿彌陀佛」取而代之，讓心裡只有這一念，不容許第二念，這叫念佛，這叫功夫。久而久之，念頭自然不起，功夫就得力了；如果念頭還會起，功夫就不得力。修行就是修正我們錯誤的思想、行為，我們採取持名念佛的

方法，在一切時一切處保持清淨心。

學者於好色好名好貨好怒種種諸過。不必逐類尋求。

「學者」，是指學佛的人、釋迦牟尼佛的學生。釋迦牟尼佛現在雖然不在了，他的經典還留在世間，我們依照經典的理論、方法來學習，都是釋迦牟尼佛的學生。「貨」，是物質享受。這些事情，凡人在所難免。境界現前，我們的貪心起來了，貪色、貪名、貪享受；瞋恚心起來了，發脾氣。貪瞋痴現前，就是過失，就是造業。這時怎麼辦？才有這個念頭，馬上換成「阿彌陀佛」，把好色的念頭打掉，好名的念頭打掉，貪圖享受的念頭打掉，發脾氣的念頭也打掉，念佛的功德在此。用其他的方法當然也可以，但是念佛的方法最方便、最簡單，也最有效果。許多的宗派法門，我也稍微涉獵，最後還是選擇念佛法門，就是把妄想念頭用一句佛號取而代之，妄念逐漸就少了。

境界現前，不是眼不看耳不聽，而是眼看耳聽，接觸之下不動心。所以，種種過失不必一樁一樁去想、一樁一樁去改，那個多麻煩、多費事！六根接觸境界，就如同看電影，「如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，這就是佛教給我們從理上觀、從心上改，非常有效。

但當一心為善。正念現前。邪念自然污染不上。如太陽當空。魍魎潛消。此精一之真傳也。

我們要保持「一心為善」。什麼是「為善」？念念為利益眾生、利益社會、利益國家，就是一心為善。如果夾雜著利益自己的念頭，你的善就不純。自己的心純善，行為當然純善。要做到純善，決定不能有絲毫自私自利的念頭。

「正念現前」，正念是對邪念說的，邪念就是錯誤的思想、錯誤的見解、錯誤的行為。這種錯誤對社會有害，對自己也非常不利。傷害社會、傷害別人，將來果報在三途。眼前縱然得一點小利，與往後所受的果報相比，得不償失！你得到的太少，付出的代價太大了，不值得！所以，要時時保持著正念。純正之念就是前面講的「吾心不動」，外面境界了了分明，這是正念。

如何修正念？舉例來說，現在每個家庭都有電視，看電視能不能修行？能。《金剛經》教導我們，「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，我們以此偈來看電視，就是修行。電視畫面看得清清楚楚，電視音響聽得清清楚楚，你在這裡面學如如不動，不要被它轉了。如果演喜劇，他笑，你也跟著笑；演悲劇，他哭，你也跟著哭。你就完了，自己做不了主，你被電視轉了。修行人看電視不被電視轉，能轉電視，你就成功了。《楞嚴經》云：「若能轉境，則

同如來。」境界現前，你不被它所轉，你就能轉它。轉它，你就能教導他、改變他，幫助他改邪歸正。如果你自己沒有這個能力、定力、智慧，自己都保不住，如何能轉別人？我們日常生活的點點滴滴，無一不是菩薩學處，處處皆能成就無上菩提，問題就是你會不會。

禪宗大德測驗學生時，常常問學生：「你會麼！」這個意思無盡深廣。如果你真會了，點點滴滴都是佛法，這才是真正的成就。宗門講「頭頭是道，左右逢源」，教下講「理事無礙，事事無礙」，宗門教下語雖有異，意實無殊。因此，所有宗派法門殊途同歸，我們都要以恭敬心對待，絕不可分高下。若認為我念佛很高，你參禪不如我，念咒不如我，這就錯了！心不清淨、不平等。真正覺悟的人，「法門平等，無有高下」。

假如每個人都能一心為善、正念現前，社會上哪裡會有邪教？哪裡會有邪知邪見？古德常言：「破邪顯正」，我們今天把這句話

反過來說，「顯正破邪」，正法顯揚了，邪法就不能存在了。邪知邪見之所以充斥社會，就是因為沒有正知正見的教學，於是邪知見一出來，大家好奇就向它學習，這是盲從。所謂「只怕不識貨，不怕貨比貨」，如果正法能夠提倡，能夠教人辨別哪些是邪法，哪些是正法，大家認識了，自然就會選擇。

儒家是正法，教人「孝悌忠信、禮義廉恥」，教人五倫八德。但是這個時代卻要打倒孔家店，不要正法了。佛法是正法，教人「孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」，但是大家卻認為佛法是迷信。佛不迷信，佛的口號是「破迷開悟」，把破迷開悟當作迷信打倒了，當然一窩蜂都學邪教去了。因此，我們要多想想，如何能「顯正破邪」，使全世界每個國家地區都用得上。

「如太陽當空，魍魎潛消，此精一之真傳也」，「太陽」比作正法，「魍魎」是妖怪，比作邪法，「精」是精純，「一」是唯一。光

天化日之下，妖怪自然不能存在，這個道理是相同的，這是自古以來聖賢之真傳。

過由心造。亦由心改。如斬毒樹。直斷其根。奚必枝枝而伐。葉葉而摘哉。

改過要從根本改，才能改得究竟徹底。譬如，要砍掉一棵有毒的樹，不必尋枝摘葉，只要從根斬斷，枝葉自然就枯萎了。前面講改過的方法，從事上改，就像從樹葉上下手；從理上改，就像從樹幹上下手；從心改，就是從根下手，這是究竟改過之法。

大抵最上治心。當下清淨。纔動即覺。覺之即無。

我們學佛用功要抓綱領，從根本上起修就不難了。佛經浩如煙

海，《大藏經》有三萬多卷之多，如果這麼多典籍都要去研究學習，那就是尋枝摘葉，不知到哪一年才能入門！所以，要從根本學。

我學佛五十年，講經四十二年，總結佛法的精髓二十個字，「真誠、清淨、平等、正覺、慈悲、看破、放下、自在、隨緣、念佛」。我們在日常生活中對人、對事、對物，應該用什麼心？用「真誠心」，真則不假，誠則不虛；用「清淨心」，清淨決定沒有污染；用「平等心」，平等決定沒有高下；用「正覺心」，正覺決定沒有迷惑；用「慈悲心」，愛護一切眾生，沒有自私自利。這五種心就是大乘佛法講的「大菩提心」，而我們的生活行為則是「看破、放下、自在、隨緣、念佛」。佛是覺的意思，念念覺而不迷、正而不邪、淨而不染，就是念佛，這是念自性佛。抓住這個綱領，修行就容易了。果然能夠契入境界，所有經典都能通達、學習。因此，世出世間法都要知道根本，抓住綱領就容易學習。

最上的從根本修是「治心」，效果是「當下清淨」。「纔動即覺，覺之即無」，心才動，立刻覺察到，一覺察到，念頭就息了。正是古德所謂「不怕念起，只怕覺遲」，要覺得快，不要讓惡念相續，惡念才起，第二念就是正念，這是最好的方法。

苟未能然。須明理以遣之。又未能然。須隨事以禁之。

假如做不到從心而改，不得已而求其次，就是要「明理」，道理明白了，惡念邪思自然就會離開。如果其次的功夫也做不到，就只好在枝枝葉葉上下功夫。這三種改過的方法，就是針對佛家所講的三種不同根性的人，上根的人，從根本下手，從起心動念處斷一切惡；中等根性的人，用「明理以遣之」；下根的人，只有「隨事以禁之」。

以上事而兼行下功。未為失策。執下而昧上。則拙矣。

上根之人雖然從起心動念處改起，但是決定不能疏忽事相，不能認為自己的心很清淨，戒條就可以不必遵守，這是錯誤的。錯在哪裡？有真功夫的人一定慈悲，慈悲是做出榜樣，這是自利利他。引申而言，世尊所制定的戒律，包括國家的法律，我們都要遵守。《梵網經》講菩薩「不謗國主」，國主就是國家領導人。《瓔珞菩薩戒經》講「不漏國稅」，自古以來，不論中國、外國，國民對國家有納稅的義務，不能偷稅，這些都是屬於持戒。國家的憲法、法令規章是有形的；無形的，如道德觀念、風俗習慣都要遵守。現在由於交通便捷，資訊發達，常常有機會到國外去旅遊。到國外，他們的法律、風俗習慣跟中國不一樣，我們要入境隨俗，要遵守。因此，戒律的含義，廣大無邊。

「執下而昧上」。如果執著法令規章，卻不明理，又不懂得從心改過，這樣的改法就很笨拙。但是能這樣遵守也是好辦法，縱不能避

免過失，亦能減少過失。

下面是改過之法的第二段，「改過效驗」，就是說改過之後會有什麼樣的效果。

顧發願改過。明須良朋提醒。幽須鬼神證明。一心懺悔。晝夜不懈。經一七二七。以至一月二月三月。必有效驗。

「顧」，是但是。「明」，是明顯。發願改過，需要有真正的好朋友時時刻刻提醒你。為什麼？凡夫健忘，一轉眼就忘掉了。但是如果有好朋友常常提醒，又嫌囉嗦，怎麼辦？釋迦牟尼佛有聰明智慧，他用名號的方法，這是藝術的教學。譬如，「釋迦牟尼佛」是梵文音譯，「釋迦」翻作仁慈，「牟尼」翻作清淨。我們處事待人接物，自私自利，損人利己，缺乏仁慈，心不清淨。所以，佛用「釋迦牟尼」

這個名號來提醒我們，待人要仁慈、捨己為人；對自己，心要清淨。我們念這個名號就是提醒自己，聽到別人念也是提醒自己。我們看到寺院大殿的幢幡，上面寫的都是佛菩薩名號，這都是教學工具。

供養佛菩薩像，用意也是如此。釋迦牟尼佛代表仁慈清淨。觀世音菩薩代表大慈大悲，大慈大悲就是無條件愛護一切眾生。眾生有苦有難，全心全力幫助，這就是觀世音菩薩。看到觀世音菩薩像，就要想到我要向觀世音菩薩學習，以無條件的愛心幫助一切眾生。若能如是用心效法，自己就是觀世音菩薩。

地藏王菩薩代表孝親。「地」是大地，「藏」是寶藏。我們生活在地球上，不能離開大地，我們食衣住行都要靠大地來供養。大地生長五穀雜糧等，供養我們日常生活所需；地下埋藏金銀珠寶等資源，提供我們物質上的受用。「地」代表我們的心地，「藏」是我們真心含藏著無量的智慧、無量的德能、無量的相好，需要去開採。我們用

什麼方法開採？「孝親尊師」。這是供奉地藏菩薩的用意。因此，我們看到或是聽到地藏菩薩名號，就要懂得「孝親尊師」。

文殊菩薩代表智慧，普賢菩薩代表實行。我們把釋迦的仁慈清淨，觀音的慈悲，地藏的孝敬，文殊的智慧，落實在自己日常生活、工作、處事待人接物上，這就是普賢。彌勒菩薩代表歡喜心。佛法講平等、慈悲，生平等心，成喜悅相。我們處事待人接物心要平，色要端莊、歡喜，這是教我們如何與大眾相處，這些全是表法。所以，供奉佛像功德很大，意義在此。

即使出家人的名號也不例外，譬如我叫「淨空」，人家一提到這個名字，就讓我想到我有沒有清淨？我有沒有放下？放下就是空。我有沒有做到名副其實？如果名實不相副，要生慚愧心，精進用功。你們看到我的名號也是提醒你們，聽到別人念也是提醒你們。

佛的名號無量無邊，代表我們真心本性的性德無量無邊；菩薩名號無量無邊，代表我們的修德。我們是凡夫，迷失了自性，所以性德不顯，要靠修德。修德有功，性德就現前。這是佛教的教學，真是妙極了！所以，佛教裡所有佛菩薩形像以及護法神形像，都具有教學表法的意義，絕對不是迷信，絕對不可以當作神明來供奉。

不僅名號、造像是表法，所有一切設施、建築無不表法。寺院供奉釋迦牟尼佛的大殿，稱為「大雄寶殿」，這個建築從外面看是兩層，裡面只有一層。這是教我們對外要隨俗，「佛法在世間，不壞世間法」，外面兩層代表社會秩序，可以不平等，因為外面平等了，社會秩序就破壞了。外面要有尊卑、有父子、有兄弟、有長幼的秩序，不能破壞；自己內心要平等。

香代表「戒定真香」，燃香供佛，就要發願「勤修戒定慧，息滅貪瞋痴」。戒定慧是自性真心之香。

供佛最重要的是水，水代表清淨心、平等心。看到這杯水，就要想到我的心是不是像水一樣乾淨，一塵不染？是不是像水一樣平等？諸位要記住，佛前不能供茶，茶有顏色，代表污染，一定要供清水。水代表清淨、平等，提醒我們要修清淨心、平等心。

這是佛苦口婆心，用種種善巧教導我們。由此可知，佛對我們恩德之大，設想之周到，我們不能不佩服得五體投地。哪裡有迷信！懂得這些表法的意義，就是「明須良朋提醒」，無時無刻不在提醒我們。所以，佛門教學的設施，真正了不起！在幾千年前，佛就用藝術的方法來教化眾生。

「幽須鬼神證明」，「鬼神證明」就是感應，這需要鬼神來幫助我們。感應的事情太多了，我在這一生親身體驗的，還有同修們的感應太豐富了。佛法的修學必須具備善根、福德、因緣，如果不具足這三個條件，這一生就沒有緣遇到佛法。你有機會遇到，證明你過去生

中有善根、福德、因緣。

美國「達拉斯佛教會」會長蔡文雄居士，長住在外國，他不相信鬼神。有一年他的父親過世，他回台灣奔喪。他的父親臨終前，他看到有一尊佛像在窗戶裡面，那個窗戶就好像佛龕一樣，佛像在當中。他至少看了十五分鐘，這麼長的時間，決定不會看錯，他的印象很深，非常驚訝！他問別人有沒有看到，別人完全沒看見。他學佛的信心從這個地方開始，這是佛來度他。以後他做生意賺了錢，有一次逛古董店，看到一尊石雕的佛像，就是他父親走的那一天，出現在窗口的那一尊佛像，他立刻就將它請回去。起先，他將佛像供在家裡，後來他把這個事情告訴我，我勸他把這一尊佛像供在道場。這是他學佛的因緣。

他還告訴我一樁不可思議的事情。有一次他在舊金山，跟幾個朋友開車走錯了路，走到一個小鎮，這個小鎮是他從來沒去過的。

車接近小鎮的時候，他突然感覺很熟，於是把這裡的道路、建築狀況跟同車的人講。結果車子開進去之後，跟他所說的完全一樣，他非常驚訝。多年以來，他對此問題都得不到答案，後來問我，這是什麼緣故？我跟他說，大概是你前生住在這個城市，而且住的時間相當長；否則，你不可能知道小鎮裡面的狀況。他一想有道理，很可能他前生是中國人，在舊金山作礦工，生活在這個地方，死在這個地方。也還算不錯，沒做什麼壞事，這一生又得人身，生意也做得不錯，又能夠學佛。這證實了他前世的業因。

像這一類的事情，我遇到的太多了。我自己本身也有好多次，到外國某個從未去過的地區，一去突然感覺很熟悉。如果沒有前世，怎麼講都講不通。假如你說這是突然之間有靈感，為什麼到其他的地方沒有這個感應？由此可知，人決定有過去生。既有過去生，肯定有來生，因果通三世。

「一心懺悔，晝夜不懈」，這是做功夫。「懺悔」就是改過。我們念念都有過失，一不覺就迷了，迷了就是過失，一定要時時刻刻提醒，晝夜不間斷。真正下定決心改過自新，要效法佛菩薩，學習佛菩薩。

「經一七二七，以至一月二月三月，必有效驗」，這是講剋期取證。若能真正精進努力，晝夜不懈，經過七天，或者十四天，乃至一個月、兩個月、三個月，鍥而不捨，就有感應。

或覺心神恬曠。或覺智慧頓開。或處冗沓而觸念皆通。或遇怨仇而回瞋作喜。或夢吐黑物。或夢往聖先賢。提攜接引。或夢飛步太虛。或夢幢幡寶蓋。種種勝事。皆過消罪滅之象也。然不得執此自高。畫而不進。

哪些感應？舉例來說。「冗沓」，是事務繁忙。在從前總是不開心，鬱悶不樂；現在心胸開闊，常常歡喜。或是從前處事待人接物，總覺得糊裡糊塗，沒有智慧；現在經過斷惡改過修持之後，覺得自己有智慧，處事待人接物不迷惑。或是從前事務繁忙，就會感覺很累、很疲倦，提不起精神，處處有障礙；現在經過這樣修持之後，處理這些繁雜事情，一切順利，再繁、再忙的事都感覺有頭緒、有條理，輕而易舉，不覺得繁雜，也不會厭倦。或是從前遇到冤家對頭就討厭他、恨他，總想罵他幾句；現在看到這些冤家對頭，不但不罵他，還歡喜跟他行禮，以善心、禮節來對待。這都是好的吉兆。這是從人事上說的。

還有一些是夢中的境界。「黑」，是指髒東西。或是夢中吐出黑色的東西。我自己有這個經驗，在學佛之前惡夢很多，常常在夢中驚醒；學佛之後，前十年還有惡夢，十年之後，惡夢沒有了。這都是

好的預兆，好的感應。或者夢到往聖先賢。我是因為常常講經，所以夢到不少次參加佛菩薩講經法會。佛菩薩在夢中跟你說法，幫助你，教導你。這是一類。還有一類，或是夢到飛起來了，在空中飛行，騰雲駕霧。或是夢到天宮，夢到佛國，這都是非常好的勝事。這種種勝事，都是改過修善的徵兆，這是消除過失、罪業的現象。

「畫」是終止。不能因為得到這些好現象，就停止不進。雖有種種瑞相現前，一個真正用功的人，見如不見，亦不必說與人知，或炫耀自己的成就。應當謹記，「凡所有相，皆是虛妄」，不放在心上，自己依舊要一心懺悔，晝夜無間。如果得此境界，自己以為了不起，比別人高，心生貢高我慢，不但不能提升，立刻往下墮落。所以，這些殊勝的境界現前，要若無其事。縱然覺得自己智慧開了，還是作未開想，功夫才會進步。

昔蘧伯玉當二十歲時。已覺前日之非而盡改之矣。至二十一歲。乃知前之所改未盡也。及二十二歲。回視二十一歲。猶在夢中。歲復一歲。遞遞改之。行年五十。而猶知四十九年之非。古人改過之學如此。

了凡先生舉古人改過的例子，勉勵他的兒子。蘧伯玉是春秋時代衛國大夫，改過自新做得很有效果。他二十歲就知道改過自新、斷惡修善的重要，所以認真努力改過。雖然天天努力，改了一年，還是覺得過去一年改得不徹底、不究竟。這樣年復一年，到自己五十歲的時候，回過頭來仔細想想，覺得過去四十九年所做的還是錯了。這是非常值得我們效法的。

一個人最大的過失，就是不知道自己的過失。因為不知道自己有過失，就不會有心改過。沒有改過的念頭，過失由小過累積成大過，

由大過累積成巨過，後來的果報就不堪設想。人為什麼死後墮三惡道？原由就在此地，不知道自己的過失，不知道改過。

由此可知，了凡先生所講的「明須良朋提醒」，非常重要！到哪裡找一個好朋友提醒你？說老實話，父母都做不到。父母果然天天提醒你，你一定會怨恨父母，覺得父母嘮叨、太繁瑣了。所以，佛菩薩的方法妙極了！用種種藝術、表法來提醒我們。

譬如，前面講的「供水」，心要像水一樣永遠保持清淨平等，這是供水表法的意義。凡是見到水，就要提醒自己心要清淨平等。如果只是佛堂那一杯水是表法，其他不是，那你什麼都學不到，還是過分的分別、執著。「燃香」，無論在任何場所聞到香的氣味，就是提醒自己要修戒定慧。香是提醒鼻根的，不管什麼味道，只要聞到氣味，就要想到戒定慧。在佛前供花、供果，花代表「因」，花開得好，因好；因好，果一定好。果代表善因得善果，惡因結惡果。凡是看到

花，都要懂得修好因，乃至於看到衣服上繡的花，都要做如是思惟。無論在什麼地方看到果實，就要想到我們希求的是好果報，好果報一定要修好因。這都是佛家的教學，都是如來的教誨，哪裡要說一句話！盡虛空遍法界，眼之所見，耳之所聽，鼻之所嗅，舌之所嘗，身之所觸，無一不是佛法。這才明瞭虛空法界無處不是菩薩學處，無處不是道場，一切時一切處，處處皆是！

所謂「佛法無邊」，這句話你要是會學了，懂得了，一切時一切處決定不迷。如果執著佛堂供的是表法，離開佛堂之外，就不懂得什麼叫表法，這就學得太笨拙了。孔老夫子言：「舉一隅不以三隅反」，夫子就不教了，因為太笨了。因此，要能觸類旁通，佛法教你一樣，你懂得了，一切就都懂得了，樣樣都通了。

從功夫上來講，蘧伯玉是最好的典範，我們要向他學習，這一條決定不能疏忽！了凡先生到晚年也學蘧伯玉，這是功夫有相當根底，

才知道勇猛精進的重要，而加速度把自己的境界不斷向上提升，使功效愈來愈顯著，日常生活愈來愈快樂，事業愈來愈順利，確確實實做到災消福來，一點都不假。

吾輩身為凡流。過惡蝟集。而回思往事。常若不見其有過者。心粗而眼翳也。

「蝟集」，是比喻惡業像刺蝟身上的刺一樣多。我們身為凡夫，過失、惡業太多了，就像刺蝟身上的刺一樣聚集在一起。想想過去，好像沒有覺察到自己有什麼過錯，這是因為心太粗，心眼昏瞶，所以見不到自己的過失。

然人之過惡深重者。亦有效驗。或心神昏塞。轉頭即忘。或無事而常煩惱。或見君子而赧然消沮。或聞正論而不樂。或施惠而人反怨

。或夜夢顛倒。甚則妄言失志。皆作孽之相也。苟一類此。即須奮發。舍舊圖新。幸勿自誤。

這裡是說明惡業的徵兆。業障深重，一定有不好的預兆，只要仔細觀察我們周邊的人物就能發現。譬如，一個人變得沒有記性、糊塗、昏庸，跟他說什麼事情，很快就忘了。或是沒事亦無人招惹，而自生煩惱。或是怕見到正人君子，一見到正人君子，自己好像很難為情。或者聽到人家講正當的言論而不喜歡。為什麼？自己作惡多端養成了惡習氣，而正論與自己所作所為完全相反，所以很難接受。或是布施以禮送人，別人雖然接受卻不感激，自己反遭怨恨。或是晚上做惡夢，精神提不起來，語無倫次。以上數端皆是業障深重之相。

三、積善之方

易曰。積善之家。必有餘慶。

了凡先生引用《易經》上的兩句話，為我們說明。自古以來，凡是厚實、積善的人家，其後代往往會發達。縱然沒有大的發展，也能夠平安過日，不至於招惹一些凶災。這兩句話可以從歷史上來作證，現前我們細心留意也能觀察到。這個人家過去的先人以及他本身積惡，欺負別人，盡做一些損人利己的事情，這個人家必定不能久享富貴。縱然現前他是大富大貴，也只能享一時之福，終究會衰敗。

有些人看到這個現象就心生疑惑，這家人無惡不作，為什麼還享大富大貴？這是他本人或他的前輩，過去生中修的福大。但是他修福不修慧，沒有智慧，所以這一生造作惡業，造作惡業必定折福。

譬如，他過去生中修的福有億萬財富，這一生雖然發財，但是心術不善，處處欺壓別人，做一些損人利己之事，所以他的福報會折損，千萬財富會變成百萬財富。可是他還有百萬財富，比起一般人還是富有得多。因果通三世！他這一生餘福享盡，罪報就會現前。有些人的果報在來生，有些人在這一生，晚年就沒落、破產了。什麼原因？積惡之家的報應就是這樣。所以，要懂得這個道理與事實真相，斷惡修善，積功累德，對自己以及對家庭、宗族，決定有大利益。

昔顏氏將以女妻叔梁紇。而歷敘其祖宗積德之長。逆知其子孫必有興者。

「昔」，是過去。「逆」，是預料。過去顏氏要將他的女兒許配給叔梁紇時，向上一代一代敘說叔梁紇的祖宗，都是積德的。這是積善之家，所以預料他們家的子孫一定會興旺。最後就將女兒許配給叔

梁紇，以後生了孔子，所以叔梁紇就是孔子的父親。因為祖先代代都積善，所以他們家會出大聖人。

孔子稱舜之大孝。曰。宗廟饗之。子孫保之。皆至論也。試以往事徵之。

中國人講孝道，首推大舜，這是盡孝的模範。孔子稱讚他：「宗廟饗之，子孫保之，皆至論也。」這些都是至理名言。

舜的母親死後，父親又娶了一位繼母，繼母也生了小孩。繼母待他非常不好，他的父親也受了繼母的影響，所以父親、繼母、繼母生的弟弟，三個人都以惡念對待他，幾次要置他於死地。這樣惡劣的家庭環境，舜還能夠孝順。在他的心目中，父母、兄弟沒有對他不好，反倒覺得自己做得不好，讓父母、弟弟不喜歡，所以他天天改過自

新。這樣過了幾年，把全家人都感化了。這是大孝，真正的孝順。舜一切順從，順從裡面有高度的智慧。佛家講「善巧方便」，他能夠避免家人對他的傷害，能夠保全他的生命，依舊以真誠心、愛心奉侍父母、兄弟。這是一般常人做不到的事情，他做到了。

「試以往事徵之」，看看歷史上這些積善之家他的後人發達的狀況。這裡舉了十個例子。

楊少師榮。建寧人。世以濟渡為生。久雨溪漲。橫流衝毀民居。溺死者順流而下。他舟皆撈取貨物。獨少師曾祖及祖惟救人。而貨物一無所取。鄉人嗤其愚。逮少師父生。家漸裕。有神人化為道者。語之曰。汝祖父有陰功。子孫當貴顯。宜葬某地。遂依其所指而窆之。即今白兔墳也。後生少師。弱冠登第。位至三公。加曾祖祖父

如其官。子孫貴盛。至今尚多賢者。

「少師」，是太子的老師。「建寧」，是今福建建甌。「弱冠」，是二十歲。

少師楊榮的先祖世世代代從事於擺渡的行業，生活過得非常艱苦。一次久雨河水暴漲，淹沒了鄉村民居，也淹死了很多人，溺死者順流而下。一般人划著船都去撈取財物，不顧淹在水裡的人。唯獨楊榮的祖父、曾祖父只有救人，絲毫不取漂浮的財物。鄉里的人看到他們的作為，都說他們愚痴，救人有什麼用？財物漂流在水上，撈到就是你的。他們不要財物，完全救人，這是積德。

到楊榮的父親出生時，家境漸漸富裕。這時有一位神人化作道長，告訴他的父親：「你的祖父曾經救過很多人，有陰功，子孫一定會貴顯。」並指示他有一塊風水很好的地，死後可以葬在那個地方。

楊榮的父親就把他的祖父葬在道人所指的處所，就是現在所說的「白兔墳」。

後來生了楊榮，他二十歲就考取進士，官位一直做到三公（少師屬於三公之一）。皇帝對他非常感激，也追封他的曾祖、祖父、父親為少師。子孫貴盛，一直到現在（了凡先生在世時，即明朝），他們家還有很多賢人。這是以楊榮這一樁事情來證明「積善之家，必有餘慶」。

鄞人楊自懲。初為縣吏。存心仁厚。守法公平。時縣宰嚴肅。偶撻一囚。血流滿前。而怒猶未息。楊跪而寬解之。宰曰。怎柰此人越法悖理。不由人不怒。自懲叩首曰。上失其道。民散久矣。如得其情。哀矜勿喜。喜且不可。而況怒乎。宰為之霽顏。

「鄞」，是今浙江寧波。「時」，是當時。「上」，是指朝廷。

有一位楊自懲先生在縣衙當書辦（即今之書記官、文書官），他心地仁厚，推己及人，守法、公平，決定不受賄賂。這個縣官非常嚴肅，有一次偶然鞭打一個囚犯，打得遍身是血，怒還沒有消。楊自懲心生憐憫，跪在地下幫這個囚犯求情。縣官說：「此人越法悖理，不由人不怒。」這是縣官發怒的理由。楊自懲叩首說：「上失其道。」就是現在朝廷本身有過失，人民對朝廷喪失信心。如果他真的做了很多壞事，應該要判重刑，你也要憐憫他，不能心喜，喜尚且不可，怎麼能夠發怒？楊自懲這個人平素有德行、有膽識，敢說真話。縣官聽了楊自懲的一番話之後，情緒穩定，不再發怒了。

由此可知，百姓犯法，過在何處？過在沒有人教導他。誰負責教導？地方官員、縣市長這些父母官。儒家言：「作之君，作之親，作之師」，「之」是指人民。地方首長是人民的領導、父母、老師，你

的子弟為非作歹，是你沒有把他教好。

家甚貧。饋遺一無所取。遇囚人乏糧。常多方以濟之。一日有新囚數人待哺。家又缺米。給囚則家人無食。自顧則囚人堪憫。與其婦商之。婦曰。囚從何來。曰。自杭而來。沿路忍饑。菜色可掬。因撤己之米。煮粥以食囚。

楊自懲雖然家境貧寒，但是時常幫助苦難的人，尤其是囚犯。當然也有送禮請託的，但是他一無所取，大公無私，憑良心辦事，絕不收受賄賂。有時囚犯缺糧的時候，他還想方法到一些行善的人家請他們捐助，幫助囚犯，讓他們能夠吃飽。有一天，新來的幾個囚犯沒得吃，正好自己家裡又缺米，若是給囚犯，自己家人就沒飯吃；若是只顧自己，那些囚犯也很可憐。於是跟他太太商量，他太太問：「囚犯

從哪裡來？」「從杭州來的，一路上忍著飢寒，面黃肌瘦。」因此，把自己家的米分一半，煮稀飯給囚犯吃。

後生二子。長曰守陳。次曰守址。為南北吏部侍郎。長孫為刑部侍郎。次孫為四川廉憲。又俱為名臣。今楚亭德政。亦其裔也。

「侍郎」，相當於現在的副部長。「刑部」，即今之法務部、司法部。「廉憲」，在明朝稱為按察司，一般也稱為欽差大臣。

以後楊自懲生了兩個兒子，官做到南北吏部侍郎。長孫為刑部侍郎，次孫為四川廉憲，他的子孫在當時都是很有名的賢德大臣。楚亭、德政這兩個人也是楊自懲的後代，但是歷史記載不詳。他自己積善積德，兒孫貴顯，這是果報。

由此可知，不論自己現前過什麼樣的生活，在社會上是什麼樣的

地位，從事什麼樣的行業，都可以積功累德。只要存心利益社會、利益人民，就是積功累德。做好事，不求果報，功德更大，必定有更殊勝的果報。積的善大，積的善多，自己本身就會感受到果報。像了凡先生就是個例子，與了凡先生同時代的俞淨意先生也是個例子，晚年就享受果報，果報一直綿延到他的子孫，代代不絕。

昔正統間。鄧茂七倡亂於福建。士民從賊者甚眾。朝廷起鄞縣張都憲楷南征。以計擒賊。後委布政司謝都事。搜殺東路賊黨。謝求賊中黨附冊籍。凡不附賊者。密授以白布小旗。約兵至日。插旗門首。戒軍兵無妄殺。全活萬人。後謝之子遷。中狀元。為宰輔。孫丕。復中探花。

「正統」，是明朝英宗的年號。「布政司」，相當於省的機構。

「都事」是布政司底下的一個官名。「宰輔」，是宰相。「探花」，是進士第三名。

明朝英宗時，鄧茂七是福建地區作亂的一個盜匪。英宗皇帝派鄞縣的張楷帶兵南征，平定叛亂。鄧茂七被抓，但是尚有餘黨，所以朝廷又委派布政司謝都事搜殺東路的賊黨。謝都事先想方法蒐集賊黨的名冊，凡不附屬於匪黨的，也就是在名冊上沒有名字的，密授以白布小旗。官兵進城搜查時，有小白旗插在門口的，就禁止官兵騷擾。這樣，「全活萬人」，這是謝都事所積下的功德。後來，他的兒子謝遷中狀元，官做到宰相，孫子丕也中探花。

這是統兵的將領懂得積德，不冤枉人，不濫殺無辜。這都是「積善之家，必有餘慶」的歷史證驗。

在中國歷史上，自古以來作大將軍的人，能夠保全後裔的很少。

什麼原因？殺傷太多，所以後代都不好。如果作將軍的人，愛惜人命，絕不妄殺，就能保全後代。

莆田林氏。先世有老母好善。常作粉團施人。求取即與之。無倦色。一仙化為道人。每旦索食六七團。母日日與之。終三年如一日。乃知其誠也。因謂之曰。吾食汝三年粉團。何以報汝。府後有一地。葬之。子孫官爵。有一升蔴子之數。其子依所點葬之。初世即有九人登第。累代簪纓甚盛。福建有無林不開榜之謠。

「莆田」，是福建。「累代」，是世世代代。「簪纓」，是從前做官戴的帽子；插髮的是「簪」，繫帽的帶子是「纓」。

福建林氏的先世祖母好善，常常做粉團布施窮人。有人來要，她

就給他，毫無厭倦。有一個仙人化作道長，每天都來索取六、七個粉團，老母也天天給他。每天這樣歡歡喜喜的做，三年如一日。這個仙人知道老太太布施救人是出自於真誠，所以告訴老太太說：「我每天吃六、七個粉團，吃了妳三年，我以什麼來報答妳？妳家後面有一塊寶地，將來死後葬在那個地方，妳的子孫做官的人數就會像一升芝麻那麼多。」她的後代依照道長指點，把她葬在那個地方。果然，第一代後人就有九個中進士，累代簪纓甚盛。這個家族非常興旺，無不是得力於祖宗積德，子孫繼續不斷的行善積德，保持家風，代代不墜。所以，在福建有這麼一句話，「無林不開榜」，每當科舉的時候，中舉人、中進士的，林家人最多。這是老太太誠心布施救人，終年不疲不倦的果報。

在中國，這樣的例子很多，最著名的是宋朝范仲淹。范仲淹先生從小就有救人救世的大志，一生積功累德，不疲不厭。在中國，印

光大師讚歎過三個人，祖宗積大德，後世子孫代代受其福蔭。第一是孔子，二千五百多年家道不衰，世世代代的帝王對孔老夫子都尊敬。直到今天，孔子的後裔，不論在國內、國外都受人尊敬，這是夫子的餘福。第二是范仲淹，一直到民國初年，八百年不衰。第三位是葉狀元，清朝初年一直到清末，三百年不衰。

馮琢庵太史之父。為邑庠生。隆冬早起赴學。路遇一人。倒臥雪中。捫之半殭矣。遂解己綿裘衣之。且扶歸救甦。夢神告之曰。汝救人一命。出至誠心。吾遣韓琦為汝子。及生琢庵。遂名琦。

「太史」，是從前的翰林。「邑」，就是縣。「庠」，是學校。「庠生」，就是秀才。「韓琦」，宋朝英宗、神宗時，做過十年宰相，也做過元帥，文武全才，深得當代及後人的尊敬。他與范仲淹齊

名，兩個人都是出將入相。

馮琢庵太史的父親作學生的時候，有一年冬天，早晨去學堂的路上，看到有一個人倒在雪堆裡，已經快凍僵了，但是還沒有死。他立即脫下自己的棉衣將他包起來，扶到家裡，救活了這個人的命。晚上夢到一位天神告訴他：「汝救人一命，出至誠心，我將派遣韓琦作你的兒子。」後來生了琢庵，琢庵是他的字，名琦。

佛家講：「救人一命，勝造七級浮圖。」「浮圖」是寶塔，「七級」是七層的寶塔。一般人只知道建寺廟造寶塔的功德很大，不知救濟處在飢餓邊緣，或是生病而缺乏醫藥的人，功德亦是無量無邊。救人一命，果報不可思議，得福甚大，何況救千萬人的生命？其所修之福，代代做官，其數是一升芝麻之數。為什麼不做？

什麼是真實功德？什麼是假功德？有一個標準，凡是真正令一

切苦難眾生得到利益，就是真實功德；反之，這個功德是假的。我很不贊成造大佛像。有人說，大佛像坐在這個地方，這一方人都得平安了。未必，這是屬於迷信。一方得福，一方平安，要靠教化，改變人心。現在世間人心自私自利、貪瞋痴慢，而且天天在增長，這是災禍的根源。造一個大佛像就能將之鎮住，哪有這個道理！化解劫難，最重要的是提倡佛教教育。佛教的教育是智慧的教育，慈悲的教育，愛的教育，教導大家捨棄自私自利，放下名聞利養、貪瞋痴慢，無條件的犧牲奉獻，幫助社會，幫助一切苦難眾生。我們明白了，真正肯依教奉行，我們自己得度了，也真正能夠造福社會、造福人群，這是佛陀的教誨。

假如造寶塔、造佛像真有那麼大的功德，釋迦牟尼佛當年在世，為什麼不去造大佛像？為什麼不去造大寶塔？釋迦牟尼佛他老人家一生講經說法，教學四十九年，除此之外，沒做別的事。我們學佛一定

要向佛菩薩學習，佛菩薩在哪裡？在經典裡。我們依照經典的理論、方法修學，效法佛菩薩，學習佛菩薩，這才是真正釋迦牟尼佛的學生。

台州應尚書。壯年習業於山中。夜鬼嘯集。往往驚人。公不懼也。一夕聞鬼云。某婦以夫久客不歸。翁姑逼其嫁人。明夜當縊死於此。吾得代矣。公潛賣田。得銀四兩。即偽作其夫之書。寄銀還家。其父母見書。以手跡不類疑之。既而曰。書可假。銀不可假。想兒無恙。婦遂不嫁。其子後歸。夫婦相保如初。

「尚書」，相當於現在的部長。「習業」，是讀書。

浙江省台州有一位應尚書，習業在山中，住在寺廟裡面。曠野之

處，確實有一些妖與鬼。他心地正直，有膽量，所以不怕邪魔鬼怪。有一天晚上，他聽到鬼在講話，說某一戶人家，有一個婦女因為丈夫離開家鄉，很久沒有回來，公婆以為兒子死了，逼著媳婦改嫁。媳婦不願意，所以明天想到這個地方來上吊自殺。這個鬼是個吊死鬼，吊死鬼要找替身，因為找到替身就可以去投胎了。

應尚書聽到鬼的談話之後，心裡就有了主意。第二天一早回家，趕緊賣了幾畝田，得四兩銀子，再偽造一封家信，連同四兩銀子寄到那戶人家。那戶人家的父母看到筆跡與兒子不同，有所懷疑，但是銀子是真的，總不會有人無緣無故把銀子送來，想想一定是兒子平安無事，所以就不再逼著媳婦改嫁。後來，他的兒子果然回來了。應尚書救了這個媳婦一命，而且還保全這一對夫婦不至於分離。他做的這件事情沒有人知道，所以他是做了一樁陰德。

要知道，凡是橫死的、自殺的都要找替身。自殺很痛苦，這件事

萬萬做不得！道家跟我們說，自殺的人每七天要重複表演一次，所以上吊的人每七天要去吊一次，跳樓死的人每七天要跳一次，什麼時候找到替身，什麼時候才能脫身。你說可憐不可憐？所以，人再怎麼不得已，都不可以有自殺的念頭。當你找到替身投胎，還是隨業流轉，苦不堪言！

從前讀書人多半寄住在寺院，寺院確實是讀書人最好的學習場所。古時候學校沒有那麼多，一個縣通常只有一個學校，叫做縣學，所以讀書的環境很難找到。除了寺廟之外，富貴人家家裡有一些藏書，但是藏書的數量不會太多，所以大規模的藏書都在寺院的藏經樓。藏經樓不僅收藏佛書，儒道、諸子百家無不收藏，就像現在的圖書館一樣，所以，從前的出家人在寺院裡，真正是在做學問，修養自己的身心、德行，他們都是非常好的老師。從前念書人都願意到寺廟親近出家人，寺廟除了有豐富的藏書之外，如果有不了解的地方，還

可以向出家人請教。古時候佛教寺院是教學的場所，但是現在已經變質了，現在變成了經懺場所，跟鬼打交道。

公又聞鬼語曰。我當得代。柰此秀才壞吾事。傍一鬼曰。爾何不禍之。曰。上帝以此人心好。命作陰德尚書矣。吾何得而禍之。應公因此益自努勵。善日加修。德日加厚。遇歲饑。輒捐穀以賑之。遇親戚有急。輒委曲維持。遇有橫逆。輒反躬自責。怡然順受。子孫登科第者。今累累也。

之後，應尚書又聽到這個鬼說：「本來我找到替身了，奈何應先生破壞我的事。」旁邊有個鬼說：「你為什麼不去害他？」這個吊死鬼就說：「上帝知道這個人心很好，已經命他作陰德尚書，我怎麼能再害他？」應尚書聽到鬼的談話，更加勉勵自己，努力斷惡修善，善

天天增加，德天天加厚。這都是回頭是岸，知道怎樣做好事。

饑荒的時候，他捐穀賑災。遇到親戚有急事，他總是委曲自己，幫助別人解決困難。遇到橫逆，別人侮辱、毀謗他，他能反躬自責，覺得是自己做得不夠好，不能令人生歡喜心，所以過失在自己，絕不怪罪別人。凡事都能夠歡歡喜喜，逆來順受，努力修善，增長德行，這都是積善積德的表現。以後他做了尚書，子孫後代考中進士的很多！

常熟徐鳳竹栻。其父素富。偶遇年荒。先捐租以為同邑之倡。又分穀以賑貧乏。夜聞鬼唱於門曰。千不誆。萬不誆。徐家秀才做到了舉人郎。相續而呼。連夜不斷。是歲。鳳竹果舉於鄉。其父因而益積德。孳孳不怠。修橋修路。齋僧接眾。凡有利益。無不盡心。後

又聞鬼唱於門曰。千不誆。萬不誆。徐家舉人直做到都堂。鳳竹官終兩浙巡撫。

「常熟」，是今江蘇省常熟。「益」，是增長。「巡撫」，即省長。

江蘇省常熟有一位徐鳳竹先生，他的父親是一位地主，相當富有。偶然碰到荒年，收成不好，他就減免收租，或是將收租統統捐出去，提倡救災。又將倉庫裡的稻米，拿出來拯救這些貧窮的人。他曾經聽到夜晚鬼在他家門口唱著：「千不誆，萬不誆，徐家秀才做到了舉人郎。」相續而呼，連夜不斷。徐鳳竹的父親做了這些好事，鳳竹果然在這一年考試中了舉人，所以他行善就格外努力，孳孳不息。修橋補路，方便行人。齋請僧人，接濟大眾，碰到有困難的人，樂意幫助。只要是利益社會、利益大眾的事情，盡心盡力去做。後來又聽到

鬼在門口唱：「千不誆，萬不誆，徐家舉人直做到都堂。」鳳竹的官愈做愈大，做到浙江的省長。

可見先人積功累德，果報無比殊勝。我們想想，他的兒孫都享這麼大的福報，他自己的福報一定更大。但是他已經不在世了，所以果報在來生。凡是這樣積功累德的人，來世的福報不可思議。如果來世不在人間，決定在天上享天福。他後代子孫所享的福，稱為「餘福」。因此，「積善之家，必有餘慶」，餘福留給兒孫，自己的福報一定比兒孫所享的超過很多倍。所以，善不能不修、不能不積，積善必定有好果報。

財富決不是供給一個人或是一家人享受的。你命中有財富，就要知道你有使命、有職責幫助世間一切窮苦之人，你的財富才會生生世世享受不盡。財從哪裡來的？從布施來的，愈施愈多。

這裡講到「齋僧」，齋僧的利益何在？為什麼要做這些事情？明清時候，齋僧的風氣盛行。在家居士以財物供僧，希求修福。接受供養的出家人要為他說法；換言之，要教導他。在家人是財布施，出家人對在家人是法布施，所以齋僧是求法。出家人有道德、有學問、有修養，是社會大眾的導師、多元文化的教師。他們求學問為教化眾生，真正做到一生犧牲奉獻。

嘉興屠康僖公。初為刑部主事。宿獄中。細詢諸囚情狀。得無辜者若干人。公不自以為功。密疏其事。以白堂官。後朝審。堂官摘其語。以訊諸囚。無不服者。釋冤抑十餘人。一時輦下咸頌尚書之明。

「嘉興」，是今浙江省嘉興。「主事」，是當時的官職。

「輦」，是皇帝的坐車。「輦下」，是指首都、京城，皇帝所在之處。

浙江省嘉興的屠康僖，在刑部做官。有一天晚上跟囚犯們一起睡在監獄裡，細細打聽囚犯的情狀，知道囚犯當中有些人是冤枉的。屠先生並不以為功，把這些情形祕密的寫在紙上，送給堂官，也就是他的上司，刑部尚書。後來重新審問囚犯時，堂官摘錄屠康僖寫的一些案情訊問囚犯，囚犯沒有不服的，因此而開釋冤枉的大概有十幾個人。當時這個事情傳了出去，大家對刑部尚書的公正廉明，無不加以讚歎。

公復稟曰。輦轂之下。尚多冤民。四海之廣。兆民之眾。豈無枉者。宜五年差一減刑官。覈實而平反之。尚書為奏。允其議。時公亦差減刑之列。夢一神告之曰。汝命無子。今減刑之議。深合天心。

上帝賜汝三子。皆衣紫腰金。是夕。夫人有娠。後生應埍。應坤。應埈。皆顯官。

「宜」，是應該。「衣紫腰金」，穿紫的官服，繫金的腰帶，這是高官。古代禮服，皇族穿黃色龍袍，文官穿紫袍是最高的爵位，大概尚書以上的官服才是紫色的。

屠先生後來又想到，在京城尚且有這麼多受冤之人，全國上下，民眾之多，哪裡沒有受冤之人？應該五年派一位減刑官，對案件重新覈實平反。這是好事情，刑部尚書同意他的建議，奏明皇上。皇帝允許，屠康僖也被派遣為減刑官之一，幫助平反了許多受冤之人。夢中有一位神人告訴他：「你命中沒有兒子，由於你的做法與建議和天心非常相應，所謂上天有好生之德，現在上帝賜你三子，都是高官。」是夕夫人有娠，後生應埍、應坤、應埈，皆顯官。這是善因善果。

嘉興包憑。字信之。其父為池陽太守。生七子。憑最少。贅平湖袁氏。與吾父往來甚厚。博學高才。累舉不第。留心二氏之學。

「池陽」，即今安徽貴池。「太守」，比知縣高一級，與知府是同等的官。「二氏」，就是佛與道。

嘉興人包憑，字信之。包憑的父親做過池州太守，生了七個兒子，包憑最小，入贅平湖袁氏，與袁了凡是一家人。了凡先生的父親與包憑常常往來，這個人博學高才，但是屢試不中，於是就去學佛、學道了。

一日東游泖湖。偶至一村寺中。見觀音像。淋漓露立。即解橐中得十金。授主僧。令修屋宇。僧告以功大銀少。不能竣事。復取松布四疋。檢篋中衣七件與之。內紵褶。係新置。其僕請已之。憑曰。

但得聖像無恙。吾雖裸裎何傷。

「橐」，是錢包。「篋」，是箱子。「紵」，是麻製的衣服。「褶」，是給衣。

有一天，他去遊泖湖。偶然在一個村莊的寺院，看到觀音像被雨水淋濕，於是打開錢包將十兩銀子統統拿出來，交給寺院的出家人，請他將房屋修好，不要讓菩薩淋到雨露。出家人告訴他，修屋頂工程很大，十兩銀子太少了，恐怕沒有辦法完工。於是他從箱子裡取出七件衣服，有單衣、有給衣，都是新置的。他的僕人說：「算了，何必要捐獻這麼多！」包憑說：「只要能把屋頂修好，使觀音菩薩像不要再淋到雨，我縱然是赤身露體，也無所謂。」這是一片真誠！

僧垂淚曰。舍銀及衣布。猶非難事。只此一點心。如何易得。後功

完。拉老父同遊。宿寺中。公夢伽藍來謝曰。汝子當享世祿矣。後子汴。孫樫芳。皆登第。作顯官。

「伽藍」，是護法神。「登第」，指中進士學位。

出家人聽到他這番談話，非常感動的說：「布施銀兩以及這些衣服、布料，不是難事，但是這一點真心太難得了。」包憑等屋頂修好後，就拉著父親一起去看。晚上住在寺廟中，夢到護法神來感謝他說：「你的兒子會享世祿，得到福報。」果然以後他的兒子汴、孫子樫芳都中進士，官位顯赫。

這是子孫貴顯之報。修繕寺院道場、造佛像，功德很大，《造像功德經》有詳細說明。但是功德必須具足條件，如果只是造佛菩薩形像，沒有弘法利生，一般人看到佛像容易產生迷信，不但沒有利益，反而讓許多眾生造罪業，這就錯了。道場一定要講經，教導大眾修

行，所謂「解行相應」，這個重要。在解門方面，每個宗派的道場，都要認真透徹的研究讀誦本門的經典，並依據經典的理論來修學，這才具足功德。

佛像具有表法的意義，佛家用這種方式時時刻刻提醒我們。譬如，我們見到觀世音菩薩像，就要想到我要像觀世音菩薩一樣慈悲，幫助世間一切苦難眾生，這個像的功德就大了。如果不曉得這個道理，將佛像當作神明，只是燒香、膜拜，求福、求壽、求兒女、求升官發財，那是迷信。

學佛如何才能得到佛法真實的利益？在行門方面，佛法修行的方法很多，每個宗派的方法都不相同，只要選定一門，功夫不要間斷，就能得清淨心，成就戒定慧，這是道場真實的功德利益。

嘉善支立之父。為刑房吏。有囚無辜陷重辟。意哀之。欲求其生。

囚語其妻曰。支公嘉意。愧無以報。明日延之下鄉。汝以身事之。彼或肯用意。則我可生也。其妻泣而聽命。及至。妻自出勸酒。具告以夫意。支不聽。卒為盡力平反之。囚出獄。夫妻登門叩謝曰。公如此厚德。晚世所稀。今無子。吾有弱女。送為箕帚妾。此則禮之可通者。支為備禮而納之。生立。弱冠中魁。官至翰林孔目。立生高。高生祿。皆貢為學博。祿生大綸。登第。

浙江嘉善人，姓「支」，單名「立」。他的父親在衙門裡管刑事案件，他知道有個囚犯是冤枉的，被判了重刑，非常同情他，於是想幫助這個囚犯脫罪。這個囚犯知道支立的父親想替他辯護，這是救命之恩。因此跟妻子商量說：「支公有意幫助我免除刑責，我很慚愧，無以報答。明天妳可以請他下鄉，以身事之，或許支公會更用心，這

樣我就可以生還。」他的妻子非常賢良，於是就聽命照做。這個囚犯的太太自己勸酒，並把丈夫的意思告訴支公。支公聽了之後不接受，雖不接受，還是全心全力把案子平反了。這是很難得的一樁事情，他能做到大公無私，用真誠心來平反冤獄。

這對夫婦來叩謝的時候說：「你這麼大年歲還沒有兒子，我有個女兒，送給先生作妾，希望將來給你生幾個兒子。」這在禮上是講得通的。支先生同意了，後來就生了支立。支立的父親做這樣的善事，他後世的子孫逐漸發達了。支立二十歲考中進士，官做到翰林院的書記官。支立生高，這是支先生的孫子；高生祿，這是支先生的重孫。這幾代都是貢生，州、縣學校的教官。祿生大綸，這是支先生重孫的兒子，後來中了進士。

凡此十條。所行不同。同歸於善而已。

這是總結，以上所舉的十個故事，都是全心全力利益別人、利益社會、利益國家的好事。這些顯著的果報，都在浙江嘉興附近，了凡先生提出的這些人，都是大家熟悉的，足以證明「積善之家，必有餘慶」。由此可知，舉例一定要大家都知道的才有公信力，時代也是愈接近愈好。

我們學佛更要拓開心量，念念想到利益全世界。如果你認為我哪有這麼大的本事？我們要知道，縱然是小小善事，也要給全世界的人做好榜樣，這就是利益世界。事無論大小，但看用心，所謂「量大福大」，如果心量大，點點小善都會變成無量無邊的善德；如果心量小，做再多的善事，福報也不大。由此可知，心轉境界。

若復精而言之。則善有真有假。有端有曲。有陰有陽。有是有非。有偏有正。有半有滿。有大有小。有難有易。皆當深辨。為善而不

窮理。則自謂行持。豈知造孽。枉費苦心。無益也。

了凡先生再進一步教導他的兒子何謂「善」，這很重要，必須要有能力辨別。這裡說了八對，善有真假、端曲、陰陽、是非、偏正、半滿、大小、難易，我們應當辨別清楚。許多人行善多年，學佛多年，沒有得到好果報，於是懷疑佛法不靈，轉而學其他法門、其他宗教。為什麼會有這種情況發生？就是對善辨別不清，自以為是善，經過有智慧、有德行的人一分析，原來是罪業。所以，我們要想修善積德，就要冷靜觀察，辨別清楚。

何謂真假。昔有儒生數輩。謁中峯和尚。問曰。佛氏論善惡報應。如影隨形。今某人善。而子孫不興。某人惡。而家門隆盛。佛說無稽矣。

「儒生」，是念書的學生。「中峰和尚」，元朝人，一代高僧，著述很多，最著名的是「三時繫念」。

何謂真假？有一些念書人向中峰和尚請教，認為佛家講的「善惡報應，如影隨形」的說法靠不住！因為有人作善，他的子孫並不發達；有人作惡，他的家道卻非常興隆。

中峯云。凡情未滌。正眼未開。認善為惡。指惡為善。往往有之。不憾己之是非顛倒。而反怨天之報應有差乎。

中峰禪師解釋，我們是凡夫，情染沒有洗滌乾淨，法眼、慧眼沒有開，所以常常看錯事情，顛倒是非，把善看作惡，把惡看作善。自己不深自慚愧，反而責怪老天報應不公平，這是罪上加罪。

眾曰。善惡何致相反。中峯令試言其狀。一人謂詈人毆人是惡。敬人禮人是善。中峯云。未必然也。一人謂貪財妄取是惡。廉潔有守是善。中峯云。未必然也。眾人歷言其狀。中峯皆謂不然。因請問。中峯告之曰。有益於人是善。有益於己是惡。有益於人。則毆人詈人皆善也。有益於己。則敬人禮人皆惡也。

這些學生們說：「我們哪有把善惡看顛倒了？」中峰禪師有智慧，不解釋，讓他們自己說什麼是善，什麼是惡。有個學生說：「罵人、打人是惡；恭敬人、禮敬人是善。」中峰云：「未必然也。」另外一個學生說：「貪財妄取是惡，廉潔有守是善。」中峰云：「未必然也。」許多學生都各自說對善惡的看法，中峰禪師完全不同意。

於是他們向中峰禪師請教，到底什麼是善，什麼是惡？中峰告

訴他們說：「你的起心動念、言語造作，如果是為利益別人、利益社會、利益大眾，這是善；如果是自私自利，那就是惡。」這是善惡的標準。譬如對這個人有利益的，你打他、罵他也是善；如果是為了自私自利而恭敬人、禮敬人，那是巴結，那是惡，不是善。

是故人之行善。利人者公。公則為真。利己者私。私則為假。又根心者真。襲跡者假。又無為而為者真。有為而為者假。皆當自考。

「襲跡」，是模仿。

真善、假善一定要辨別清楚。起心動念、言語造作決定沒有私心，都是利益社會、利益大眾、大公無私，公是真的，所以這個善是真的；利己是私心，私心是假的，所以這個善是假的。再進一步說，如果你利益大眾是出自於真心，這是真善；若是模仿別人，這是假

善。所以，為善最重要的是真心。我們所做的善事，不露痕跡，不讓人知道，這個善事是真的，這是陰德；如果是有企圖、有目的才做這椿善事，這個善事是假的。這些地方都要自己認真省察。

前面讀的十個例子，十個人修善都得好果報，是什麼原因？真心，只知道幫助別人，沒有一點自私自利。因此，真假要從這裡辨別。

何謂端曲。今人見謹愿之士。類稱為善而取之。聖人則寧取狂狷。至於謹愿之士。雖一鄉皆好。而必以為德之賊。是世人之善惡。分明與聖人相反。推此一端。種種取舍。無有不謬。

「謬」，是錯誤。

何謂端曲？一般人見到謹慎、不倔強的人，就稱他為善人。可是

古聖先賢寧願欣賞有志氣、肯進取，或者是安分守己不會亂來的人，因為這樣的人有膽識，真正能夠為群眾服務，為國家擔當大任。如果一個人雖然很謹慎，全鄉里的人都認為他是好人，但是個性柔弱，隨波逐流，沒有志氣，沒有擔當，孔老夫子稱這種人為「鄉愿」。這不是一個好榜樣，人人都學他，那就壞了。所以，世間人對於善人、惡人的標準，與聖人恰恰相反。聖人是明白人，有學問、有德行、有經驗，能夠辨別善人、惡人。推此一端，種種取捨，無有不謬。

天地鬼神之福善禍淫。皆與聖人同是非。而不與世俗同取舍。

天地鬼神對「福善禍淫」的見解與聖賢人相同，不同於世俗人的看法。鬼神如何看福善禍淫？前面舉的例子，我們都能夠觀察得到。

我們要問，鬼神是不是有權將禍福降臨於人？鬼神沒有這個權。就好像我們世間有人行善事，有人做惡事，執法的人員加刑罰於作

惡者，是不是他有權？不是。那是因為你犯了罪，他才拿手鐐腳銬來銬你；你沒有犯罪，他不敢侵犯你。天地鬼神就像刑警一樣，你造作善，他來嘉獎你；你造作不善，他來懲罰你。這個獎勵、懲罰都是自作自受。

凡欲積善。決不可徇耳目。惟從心源隱微處。默默洗滌。純是濟世之心則為端。苟有一毫媚世之心即為曲。純是愛人之心則為端。有一毫憤世之心即為曲。純是敬人之心則為端。有一毫玩世之心即為曲。皆當細辨。

「端」，是端直，決定不夾雜一絲毫委曲；「曲」，是自私自利。

我們發心想修善積德，決定不能被耳目所欺騙，因為眼睛喜歡看

好看的，耳朵喜歡聽好聽的，要是隨順這種貪心就錯了。必須從起心動念隱微之處，將自己的心洗得乾乾淨淨；換言之，決不能讓邪惡的念頭污染了清淨心。全是濟世救人的心，這是端；如果有一點點討好世俗的心，就是曲。全是愛人的心，愛人就是大慈大悲，這個愛是清淨的愛心、平等的愛心、真誠的愛心，這是端；如果還有絲毫怨恨不平，所發的心就是曲。全是恭敬別人的心，這是端；摻雜絲毫玩弄世人的心，就是曲。這些地方應當細細的辨別。

了凡先生在此地用「端」，佛家所謂「直心是道場」，端心就是直心。端的反面是曲，就是心裡還有討好世俗的心。《起信論》云：「直心、深心、大悲心。」菩提心的體是直心，菩提是覺悟的意思，真正覺悟的人，他的心是直心。自受用是深心，深心是好善好德。念念利益眾生，這是大悲心。如果還摻雜著自利，就是不善。

如何將自己的心洗得乾乾淨淨？《十善業道經》上，佛教我們修

學的綱領是「晝夜常念善法，思惟善法，觀察善法，不容毫分不善間雜」，這樣才能讓自己的心完全清淨。我們一定要仔細閱讀《了凡四訓》，細心揣摩，認真反省，方能明白如何修善積德。我提出「生活在感恩的世界」，無論是順境逆境、善緣惡緣，只有一個愛心、一個感恩的心放在心上。

何謂陰陽。凡為善而人知之。則為陽善。為善而人不知。則為陰德。陰德天報之。陽善享世名。名亦福也。名者。造物所忌。世之享盛名而實不副者。多有奇禍。人之無過咎而橫被惡名者。子孫往往驟發。陰陽之際微矣哉。

何謂陰陽？善有陰善、陽善。你做的好事完全顯露出來，人人都知道，或是報紙、電視傳播讚揚你，這是「陽善」；你做的善事沒有

人知道，自己也不會告訴任何人，這是「陰德」。如果是陰德，你將來得的果報殊勝，而且長遠；如果是陽善，人家讚歎、恭敬你，你的果報就報掉了。

名也是福，名是天地鬼神都忌諱的，所以出名不是好事情。知名度很高的人，如果沒有實德，往往會遇到意想不到的災害，這是現報。一個人沒有過失，行善積德卻被別人侮辱、誤會，惡名廣布，這倒是一件好事。好在哪裡？每個人看到他，瞪他一眼，罵他幾句，這也是果報，就把他無始劫以來的罪障都報掉了。所以，他的兒孫往往忽然之間發達了，也有少數是自己晚年的時候，福報現前。因此，陰德、陽德的果報非常微妙，不能不加以辨別。我們斷惡修善、積功累德應該怎麼做法，自己就明白了。

古人所謂「實至名歸」，你真有實德，自然有人讚歎。你藏得再隱密，總有一天會被人發現，被人讚揚。譬如近代印光大師一生修善

積德，沒有人知道，到他老人家七十歲的時候，有幾位有學問、有道德的居士在普陀山藏經樓遇到他，他們覺得印光法師的風度、言談與一般出家人不一樣，於是常常親近他，才知道老法師真的有德行。於是在報紙、雜誌上寫文章發表，印光大師的大名就傳開了。這不是印光大師委託他們的，是這些人真正見到高僧大德，所以普遍向廣大群眾介紹，這是「實至名歸」。這個名不是虛名，是真有實德。

在世間享盛名、最容易出名的是哪些人？電影明星。出名也是福報，如果沒有實德，往往會遇到意想不到的災難，所以這些大明星真正能得善終的不多。不僅是影劇界，任何一個行業，如果沒有真實的德行，知名度愈高，潛伏著意想不到的災害機會也愈多。

何謂是非。魯國之法。魯人有贖人臣妾於諸侯。皆受金於府。子貢贖人而不受金。孔子聞而惡之。曰。賜失之矣。夫聖人舉事可以移

風易俗。而教道可施於百姓。非獨適己之行也。今魯國富者寡而貧者眾。受金則為不廉。何以相贖乎。自今以後。不復贖人於諸侯矣。

「魯國」，是春秋時代孔老夫子的故鄉。「子貢」，是孔子的學生。「賜」，是子貢的名字。

何謂是非？魯國法律規定，魯國人在窮困的時候，被賣到別的國家作奴婢，若有人能把這些人贖回來，魯國政府就發獎金給他。子貢贖人回來時，不接受政府的獎金，孔老夫子聽到了，責備子貢說：「你錯了！」聖賢人做事情有一個原則，就是決定可以移風易俗；換言之，幫助社會改正不好的風俗，而且教化百姓，給百姓做榜樣。所以，不能隨自己的愛好，喜歡怎麼做就怎麼做，要顧全社會大眾。魯國現前的社會狀況，富貴人少，貧窮人多。如果贖人接受政府的獎

賞，好像自己不廉潔，今後還有誰敢做贖人的事情？

因此，子貢贖人要是歡歡喜喜接受政府的獎勵，就能鼓勵社會大眾有錢的人，把在外面作奴婢的人民都贖回來，這才是好事情。如果認為贖人不接受獎金很廉潔，接受獎金就不廉潔，對於自己來說是說得過去，但是對於整個社會風俗來說就做錯了。由此可知，聖人的是非標準與常人不同。

我在各地講經，題目的宗旨都是「學為人師，行為世範」，就是這個意思。所作所為能為社會大眾做表率的，我們應當要學；不能為社會大眾做表率的，我們不學。換言之，利益社會、利益眾生的，我們要認真努力學習。

子路拯人於溺。其人謝之以牛。子路受之。孔子喜曰。自今魯國多拯人於溺矣。

「子路」，是孔子的學生。

子路看到有人掉到水裡，將他救起。這個人非常感激他，送了一頭牛以表謝意，子路接受了。孔老夫子聽到了，很歡喜的說：「從今以後，魯國就會有很多人去救那些在水裡快淹死的人了。」

自俗眼觀之。子貢不受金為優。子路之受牛為劣。孔子則取由而黜賜焉。乃知人之為善。不論現行而論流弊。不論一時而論久遠。不論一身而論天下。

「由」，是子路的名字。「流弊」，是影響。

以上兩個例子，一般人的看法，認為子貢不接受獎金值得讚歎，子路接受贈牛則比不上子貢。然而孔老夫子的看法卻不一樣，他讚歎子路，責備子貢。我們行善，若善的影響面廣，時間長，這是大

善，這個善是「是」；若影響面很小，時間短，這是小善，這個善是「非」。所以，影響的時間，不在一時，而在長遠；影響的層面，不在個人，而是令天下人受益。

現行雖善。而其流足以害人。則似善而實非也。現行雖不善。而其流足以濟人。則非善而實是也。

子貢所做的就是現行善，好像是善事，但是他留下不好的影響，這個影響會阻礙許多人去贖人回國，阻礙別人人不就是害了人嗎？所以，這是似善而實非善。而子路救了一個人，人家送他一頭牛，他接受了，好像是不善，但是他能影響別人，使其他人聽到子路這種行為，也會很勇敢去救人，所以這是善。

然此就一節論之耳。他如非義之義。非禮之禮。非信之信。非慈之

慈。皆當決擇。

是非的事情太多了。譬如，有人做壞事，決定要懲罰他，不能寬恕他。如果寬恕了這個罪人，算不算是義？這一定要觀察，假如這個人做錯事情被寬恕後，膽子反而更大，將來會做更多的壞事，使許多人受害，這個寬恕是錯誤的，這就是「非義之義」；如果警誡、懲罰他，他以後不敢作奸犯科，這是真正的義。「禮」要有分寸，用禮貌待人是禮；如果過分恭維、讚歎，使人漸漸傲慢，那就是「非禮」。信用很重要，但是也要看狀況。聖人顧全大信，有的時候可以放棄小信。如果因顧全小信卻失了大信，那就錯了，這就是「非信之信」。「慈」是慈愛，慈愛不能過分，過分往往變成不仁慈，這就是「非慈之慈」。佛門常講：「慈悲為本，方便為門。」慈悲、方便是佛家教學最重要的方法，但用得不恰當，就會變成「慈悲多禍害，方便出下流」，這就是非慈之慈、非方便之方便，這是用錯了。

何謂偏正。昔呂文懿公初辭相位。歸故里。海內仰之。如泰山北斗。有一鄉人。醉而詈之。呂公不動。謂其僕曰。醉者勿與較也。閉門謝之。逾年。其人犯死刑入獄。呂公始悔之曰。使當時稍與計較。送公家責治。可以小懲而大戒。吾當時只欲存心於厚。不謂養成其惡。以至於此。此以善心而行惡事者也。

「呂文懿公」，文懿是諡號，名原，號逢源，浙江秀水縣人，生於明朝英宗正統年間，做過宰相，這是一位忠厚的長者。

何謂偏正？呂文懿公辭職，告老還鄉。雖然他辭去宰相職務，但是他的德行、事業得到社會大眾的尊敬，如同仰慕泰山北斗一樣。有一次他遇到一個鄉人，喝醉酒罵他。他不因此動怒，並告訴隨從：「這個人喝醉了，不要跟他計較。」

過了一年，這個人犯了死刑，被關進監獄。呂文懿公聽到這樁事情很後悔，他說：「假使去年他酒醉罵我的時候，我把他送到官府治罪，這種小的懲罰能使他生起戒心，他就不至於做出更大的壞事。我當時只是心存厚道，沒有想到這樣反而養成他的過惡，以至於此。」這是善心做了惡事。

又有以惡心而行善事者。如某家大富。值歲荒。窮民白晝搶粟於市。告之縣。縣不理。窮民愈肆。遂私執而困辱之。眾始定。不然。幾亂矣。

「粟」，是糧食、稻米。

這是講以惡心做善事。有一次遇到荒年，窮人白天到一個大富人家來搶糧食，他向縣府告狀，縣官沒有理會，於是窮民更加放肆。因

此，這個富人在自己家中私設刑堂，把這些搶劫的人抓來審判，懲罰他們，後來才把搶劫平定。如果不這麼做，他們就會變成暴民，擾亂了社會治安。

故善者為正。惡者為偏。人皆知之。其以善心而行惡事者。正中偏也。以惡心而行善事者。偏中正也。不可不知也。

善為正，惡為偏，這是大家都知道的。如果對於這些道理與事實真相，了解得不夠透徹，往往我們自以為是善事，卻未必是真善，這個不可不知。

何謂半滿。易曰。善不積。不足以成名。惡不積。不足以滅身。書曰。商罪貫盈。如貯物於器。勤而積之則滿。懈而不積則不滿。此

一說也。

何謂半滿？《易經》曰：「善不積，就不足以成就名望；惡不積，就不足以敗壞聲譽。」《書經》說：「商朝末年造的罪孽太多，所以武王起義滅了殷商。」這好比儲藏東西在器皿中一樣，我們常常累積，它很快就滿了；若是懈怠，不常積存，就不會滿。這是「半善」、「滿善」的一種說法。

因此，善一定要勤積，就會圓滿；若是懈怠，偶爾遇到緣才行一點善，並不是把心放在利益一切眾生上，所做的善只有半善，不能做到圓滿。

昔有某氏女入寺。欲施而無財。止有錢二文。捐而與之。主席者親為懺悔。及後入宮富貴。攜數千金入寺捨之。主僧惟令其徒回向而

已。因問曰。吾前施錢二文。師親為懺悔。今施數千金。而師不回向。何也。曰。前者物雖薄。而施心甚真。非老僧親懺。不足報德。今物雖厚。而施心不若前日之切。令人代懺足矣。此千金為半。而二文為滿也。

從前有一戶人家的女子到寺廟裡想發心供養，但是身上只有兩文錢，她就把這兩文錢都拿出來供養寺廟，當時，住持和尚親自為她誦經懺悔。過了幾年，這個女子被選入宮廷做了嬪妃，享受人間的富貴。她帶了數千銀兩再到寺廟來供養布施，而住持和尚只命他的徒弟為她迴向。因此，這個女子就問：「為什麼我窮的時候，只布施兩文錢，師父親自為我懺悔。今天我帶了幾千銀兩來供養，反而不親自為我迴向？」老和尚說：「從前妳到廟裡來燒香拜佛，供養兩文錢，妳的心真誠，我不親自給你懺悔，不能報妳的德。今天妳帶的供養雖

然豐厚，但是妳的心不像從前那樣真切，所以我讓我的徒弟給妳懺悔就可以了。」因此，心真誠，布施雖少，得的善福是圓滿的。做了嬪妃，免不了帶著貢高傲慢的習氣，心不真誠，德就損了，所以實際上修的福是半善而已。

鍾離授丹於呂祖。點鐵為金。可以濟世。呂問曰。終變否。曰。五百年後。當復本質。呂曰。如此則害五百年後人矣。吾不願為也。曰。修仙要積三千功行。汝此一言。三千功行已滿矣。此又一說也。

「鍾離」，是漢鍾離，八仙之一。

漢鍾離要傳授呂洞賓「點鐵為金」的法術，可以救濟貧苦窮人。

呂洞賓問：「我把鐵變成金，會不會還原？」

漢鍾離說：「五百年之後，就會還原。」

呂洞賓說：「如此則害五百年後的人，我不願意做這樣的事。」

漢鍾離說：「修仙要積三千功行，你說的這些話，三千功行已經圓滿了。」

此地講「半善」與「滿善」，舉了三個例子，也就是三種說法。我們要想一想，我們修善積德到底是滿善還是半善？我們現前得的果報是圓滿的，還是有欠缺的？學佛人一般來說本質都好，心也很好，可惜沒有智慧見識，所以在理論和方法上有了偏差，往往修善得的果報不圓滿，道理在此。

又為善而心不著善。則隨所成就。皆得圓滿。心著於善。雖終身勤勵。止於半善而已。譬如以財濟人。內不見己。外不見人。中不見

所施之物。是謂三輪體空。是謂一心清淨。則斗粟可以種無涯之福。一文可以消千劫之罪。倘此心未忘。雖黃金萬鎰。福不滿也。此又一說也。

不分別、執著所行之善，所做的一切都是圓滿的善；若是著相修善，就是一生勤奮勉勵修積，還是半善而已。什麼原因？善心裡夾雜著執著，所以善功不純，只得半善。譬如，修財布施，內不執著有我。若執著有「我」，這個心就不真不純。外不執著受布施的人。若永遠不忘某人接受了我們的布施，這就是妄想、分別、執著，把純善之心破壞了。也不執著布施多少錢財。這就是「三輪體空」。做再多的善事都不要放在心上，要忘得乾乾淨淨。這基本的道理就是「一心清淨」，一心是真心，一心沒有界限，等虛空遍法界，絲毫之善與虛空一樣大。所以，一斗米的布施能種無量無邊的福報，一文錢的布

施可以消千劫之罪。假如沒有忘我，也沒有忘他，更沒有忘記所做的好事，雖然布施很多錢財，所得的是半福，而非滿福。這又是一種說法。

人能夠做到不著相，就是菩薩。《金剛經》云：「無我相人相眾生相壽者相，即是菩薩。」菩薩與非菩薩的差別，就在此地。你心裡還有我、還有人、還有是非，你是凡夫；心裡沒有我、人、眾生、壽者（時間的觀念）的種種分別、執著，就是菩薩。我們要努力提高自己的境界，境界愈高，修福愈容易。要想提高境界，必須從斷惡做起，惡斷得乾淨，果報就殊勝圓滿。

對於「半」與「滿」，這一段才講得究竟圓滿，但是這不是我們能做到的。由此可知，我們講半講滿還是有等級的，不能一概而論。如果用此地這個標準，前面所說的滿都是半，都不是真正的圓滿，到「三輪體空」才是真正的圓滿。

誰能做到「三輪體空」？法身菩薩。不但六道眾生做不到，聲聞、緣覺、權教菩薩也做不到。為什麼？人不能無心。換言之，心中有妄想、分別、執著，就達不到這個標準。這個標準是法身菩薩的標準，我們知道了也有好處，行善就不會自以為滿足，無論積多大的功德也覺得不夠多，這樣才會認真努力發憤修善。明白此理，才知道諸佛菩薩的善行念念圓滿，無論他修的善事是大、是小，無一不圓滿。因為諸佛菩薩用真心，真心本性行事無一不圓滿，道理在此地。這也就是我們為什麼要學佛，要發願作佛的道理。

新加坡有一位許哲居士，一生修布施。她布施的財物不多，她天天為一些老人、病人服務，她不知道有自己，也不會把受她恩惠的人放在心上，也沒有想「我今天做多少好事」，心地真誠清淨慈悲，真正做到了「三輪體空」，所以她得的是滿善，果報殊勝。

有很多人不明事理與真相，認為如果都布施出去，明天怎麼辦？

誰肯布施給我？念念不忘「我」，就不敢真的放下；就算放下，也只放下一半。所以，他修的善只有半善，不能達到滿善。當然他的果報只能得到一半，不能達到圓滿。如果這個道理了解得不夠透徹，行善不徹底，要想希求圓滿的果報，是不可能的事情。

人一生的財富從哪裡來的？得財富是果報，果必有因。財富的因是財布施，愈施愈多。布施是種因，「種瓜得瓜，種豆得豆」，你種得多，收穫一定多，這是一定之理。所以，愈肯施財的人，他的財源滾滾而來。但是心要真，不是為祈求發財而布施；要是為求發財而行布施，這是因地不真。會不會發財？會發，但是不多，只比布施出去的多一點點，就是加一點利息而已。如果不為發財而財施，果報就厚了。發財了，絕不自己享受，而是救濟一切苦難的眾生，果報就會愈來愈殊勝，果報絕對不是在人間，而是在天上、在華藏世界、在極樂世界。法布施得聰明智慧，無畏布施得健康長壽。財富、聰明、健康

長壽都是果報，所以要懂得修因，因純正才能得到殊勝的果報。

何謂大小。昔衛仲達為館職。被攝至冥司。主者命吏呈善惡二錄。比至。則惡錄盈庭。其善錄一軸。僅如筋而已。索秤稱之。則盈庭者反輕。而如筋者反重。仲達曰。某年未四十。安得過惡如是多乎。曰。一念不正即是。不待犯也。因問軸中所書何事。曰。朝廷嘗興大工。修三山石橋。君上疏諫之。此疏稿也。仲達曰。某雖言。朝廷不從。於事無補。而能有如是之力。曰。朝廷雖不從。君之一念。已在萬民。向使聽從。善力更大矣。

「主者」，是指閻羅王。「吏」，是判官。「三山」，福州城有三座山，即九仙山、閩山、越王山。

何謂大小？宋朝衛仲達在翰林院任職，有一次被小鬼帶到陰曹地府。閻羅王命判官把衛仲達的善惡簿子拿來做個比對，結果衛仲達一生造惡的檔案擺滿了一地，而行善的檔案只有一卷，就像筷子那麼細。閻羅王看到說：「好，拿秤來稱一稱。」結果擺滿一地的惡簿子反而輕，這一卷小小的善簿子反而重。

衛仲達說：「我還不到四十歲，怎麼會有這麼多的過惡？」

閻羅王說：「起個惡念就是小惡，不等待你犯；你要是犯了，就是大惡。」所以，起心動念不能不謹慎。

他又問：「善的那一卷到底是什麼事？」

閻羅王說：「朝廷曾經要興建一個大工程，在福州城的九仙山、閩山、越王山修石橋。你上疏建議皇帝不要興建這個工程，因為這個工程不是必要的，而且勞民傷財。」

衛仲達說：「我是有建議，但是朝廷並沒有接納。我這篇奏章會有這麼大的力量嗎？」

閻羅王說：「朝廷雖然不從，但是你這一念不是為自己，而是為一切人民，這個善大。如果朝廷採納，你的善就更大了。」

故志在天下國家。則善雖少而大。苟在一身。雖多亦小。

所以，念念為全國著想，為全世界著想，雖然做的善少，這個善很大；如果只顧自己或家庭的利益，做再多、再大的善，也是小善。

佛法講「境隨心轉」，我們存心為眾生的心愈廣大，善的力量就愈大，但是跟法身菩薩相比，這個善還是半，不是滿。因為法身大士起心動念是盡虛空遍法界，不是為一個世界、一個星系，所以，點滴之善都不可思議，無量無邊。

何謂難易。先儒謂克己須從難克處克將去。夫子論為仁。亦曰先難。

「克己」，是克服自己的煩惱習氣。

何謂難易？了凡先生先引用儒家講存養的功夫，來克服自己的煩惱習氣。要從哪裡做起？從難克服的地方先做，其他的就容易了。孔老夫子講到「為仁」，也說到「先難」。換言之，如何做到仁，也必須從難的地方下功夫。難在哪裡？難在你要想做一個仁人，必須要克服自私自利。因為有自私自利，仁就沒有了。

「仁」是會意字，一邊是「人」，一邊是「二」，這是教我們要做到自他不二，「己所不欲，勿施於人」，這是仁的意思。想到別人，立刻就想到自己；想到自己，立刻就想到別人。換言之，如果我們有私心，自私自利，「仁」就沒有了。佛法常稱菩薩為「仁者」，

就是菩薩沒有自私自利。前面講「無我相、無人相、無眾生相、無壽者相」，這種人就是仁者，這個標準高。所以，孔老夫子說「先難」，先從最難處做起，最難的就是自私。佛法講無我，就是從「無我相」做起。

了凡先生舉了下面幾個例子，然而這幾個例子還沒有達到孔老夫子論仁的標準。

必如江西舒翁。捨二年僅得之束修。代償官銀。而全人夫婦。

「束脩」，是學生對老師的供養。

江西有一位舒老先生，布施自己教私塾兩年所得的微薄收入，幫助一對貧窮夫婦繳納國稅，而保全了這一對夫婦。

有錢的人做這個事情不難，沒有錢的人將所有收入拿去幫助別

人，這個不容易！

與邯鄲張翁。捨十年所積之錢。代完贖銀。而活人妻子。皆所謂難捨處能捨也。

邯鄲張老先生遇到一家可憐的人，於是，他把十年的積蓄統統拿出來，幫助償還贖銀，成全一家人。這也是難捨能捨，非一般人所能為。

如鎮江靳翁。雖年老無子。不忍以幼女為妾。而還之鄰。此難忍處能忍也。故天降之福亦厚。

鎮江靳老先生年老無子，鄰居要把女兒送給老先生作妾，靳老先生不忍心以幼女為妾，於是把她送還給鄰居。這是難忍能忍，所以得

福也厚。

凡有財有勢者。其立德皆易。易而不為。是為自暴。貧賤作福皆難。難而能為。斯可貴耳。

凡是有錢有勢的人，做好事很容易，如果很容易做而不做，就是自暴自棄，錯過了修善積德的機會。貧窮而沒有勢力的人，修善很難，如果難而能為，就非常可貴，所謂難能可貴。

這裡舉的例子都是貧窮沒有財富、沒有地位，而能不顧一切，救急救難，解決別人的困苦，非常難能可貴，所以他們的果報也厚。但是我們要明瞭，他們當時做這個事情的時候，只是想幫助人解決苦難，並沒有想到自己的果報。

我們讀了善之八對，就要曉得必須克服「自私自利，名聞利養，

五欲六塵，貪瞋痴慢」。這十六個字如果不能克服，我們一生斷惡就會斷得不乾淨，修善也會修得不圓滿，總是一些小善、半善，果報在來世。只有大善、滿善才能改變自己的業報，像了凡先生所做的就改變了命運。有很多人修善積德，依舊被命運所轉，改不了命運，原因就是他斷惡斷得不乾淨，修善修得不圓滿。

學佛的目的是要求明心見性，求往生淨土。如果這十六個字不能克服，就會造成嚴重的障礙，不僅障礙明心見性、大徹大悟，即使求往生西方極樂世界也被障礙了。所以，念佛的人多，往生的人少，原因亦在於此。

隨緣濟眾。其類至繁。約言其綱。大約有十。

這是了凡先生教導我們，在日常生活中隨緣盡力行善。哪些是善事？他舉了十個例子。

第一與人為善。第二愛敬存心。第三成人之美。第四勸人為善。第五救人危急。第六興建大利。第七捨財作福。第八護持正法。第九敬重尊長。第十愛惜物命。

這十條，我們讀了之後，仔細想一想，確實有必要，這對我們的幫助很大。這十條，在現前社會嚴重的缺乏，所以社會動亂不安，人心惶惶。了凡先生為我們逐條說明。

何謂與人為善。昔舜在雷澤。見漁者皆取深潭厚澤。而老弱則漁於急流淺灘之中。惻然哀之。往而漁焉。見爭者。皆匿其過而不談。見有讓者。則揄揚而取法之。朞年。皆以深潭厚澤相讓矣。夫以舜之明哲。豈不能出一言教眾人哉。乃不以言教而以身轉之。此良工

苦心也。

「雷澤」，是湖名，在山東。「漁者」，是打魚的人。

什麼是與人為善？這裡舉舜王為例。大舜年輕的時候，在雷澤湖邊，看到很多打魚的年輕人，都選擇好的地方捕魚，而老弱的人無法與他們相爭，只好到急流淺灘之處捕魚。舜因生憐憫之心，也去捕魚，以身作則，做榜樣給人看。他看到互相爭執、不相禮讓的，不說他們的過失；見到互相謙讓的，他就大加讚揚。這樣過了一年，由於舜的感化，大家彼此都能夠互相禮讓。舜有大智慧，為什麼不用言教開導大眾，而以身作則？因為言教不如身教，你教人家做，自己做不到，沒有人相信。這是以舜的悲心、善巧方便做一個例子。

尤其在今天，一般大眾貪瞋痴慢的習氣十分嚴重，我們要效法大舜的精神，採取「以身作則」的方法。一年收不到效果，就等十年，

十年收不到效果，就再做二十年、三十年、四十年，持之以恆，必定能夠感化眾生。

吾輩處末世。勿以己之長而蓋人。勿以己之善而形人。勿以己之多能而困人。

「末世」，釋迦牟尼佛的法運是一萬二千年，第一個一千年是正法時期，第二個一千年是像法時期，往後一萬年是末法時期，現在末法已經過了一千年。了凡先生是明朝人，明朝已經是末法時代，此時人心逐漸薄了，沒有從前那麼淳厚。

在末世，千萬不要以自己的長處去蓋過別人。別人不善，我們自己雖然行善，決不可以用善來跟他較量。別人能力不及我，不可以用自己的能力來為難別人。人貴自知，一定要知道自己的毛病，把毛病

改過來就是真正的善人。

收斂才智。若無若虛。見人過失。且涵容而掩覆之。一則令其可改。一則令其有所顧忌而不敢縱。

這是教我們平常處事待人接物的態度，要收斂自己的才智，有才常作無才之想。我們縱然有才智，比起古聖先賢，我們差遠了，根本就配不上，這一點小才智算得了什麼！現代人稍稍有一點能力，就感覺到值得驕傲。這個「值得驕傲」，把自己的德行全都毀了，這是很大的過失，所以一定要收斂，虛懷若谷。見到別人的過失，一定要包容、掩蓋，所謂「隱惡揚善」。我們這樣對人，一方面可以讓他慢慢覺悟，給他回頭改過的機會，一方面讓他知道他作惡，別人不是不知道，只是知道而不說他，這樣容易使他生慚愧心，不敢放縱。這是我們處世待人良好的態度。

見人有微長可取。小善可錄。翻然舍己而從之。且為豔稱而廣述之。凡日用間。發一言。行一事。全不為自己起念。全是為物立則。此大人天下為公之度也。

「豔稱」，是美稱、讚歎。「物」，包括一切人事物。「則」，是模範、楷模。

這是隨緣度眾的祕訣。人家有很小的長處、善行，我們見到了，可以捨去自己的立場，全心全力幫助他。我的善行比他還要大，比他做得還要好，我暫時放下，隨順他，幫助他，成就他，讓他生歡喜心，這才是真正與人為善，而且讚歎他，使他的善能夠與日俱增。凡是平常生活日用之中，說一句話，做一件事，都不要為自己想，都要為一切人、為一切眾生做模範、做榜樣。我們要改過，修善積德，一定要拓開心量，從心做起，起心動念為世界、為國家、為社會、為

眾生，決沒有一點為自己的念頭，這就稱之為「大人」，這是真正的「天下為公」。

何謂愛敬存心。君子與小人。就形迹觀。常易相混。惟一點存心處。則善惡懸絕。判然如黑白之相反。故曰。君子所以異於人者。以其存心也。君子所存之心。只是愛人敬人之心。

何謂愛敬存心？君子與小人就形相上觀察，常常容易混淆不清。如果從存心上來講，君子與小人完全不同，就像黑與白一樣清楚，絕不混雜。君子所以不同於人之處，就是存心。君子的存心，就是愛人敬人之心。

大聖大賢、諸佛菩薩與常人有何不同？若就形跡、日常生活工作而言，並沒有兩樣，唯在存心不同。諸佛菩薩、大聖大賢所存的是愛

敬之心，真誠的愛敬，平等的愛敬，而且佛菩薩的愛心遍虛空法界。這一條非常重要！

實在說，現前社會就是缺乏愛心。佛法講「慈悲為本，方便為門」，慈悲就是愛心。二千零一年過年的時候，我寫了一個「愛」字，複印了兩萬張，普遍向全世界送愛心，處處送愛心，提醒大家「愛心」的重要。唯有真誠的愛護別人、愛護一切眾生，世界才能安定和平，人民才能過著幸福美滿的生活。

蓋人有親疏貴賤。有智愚賢不肖。萬品不齊。皆吾同胞。皆吾一體。孰非當敬愛者。愛敬眾人。即是愛敬聖賢。能通眾人之志。即是通聖賢之志。何者。聖賢之志。本欲斯世斯人。各得其所。

「通」是通達明瞭。

人與人之間為什麼會有親疏貴賤、智愚賢不肖，萬品不齊？這是習染不同，就是習性不一樣。習性從哪裡來的？無量劫善惡心行變現出來的，佛法稱為「業力」。業力不一樣，所以才有賢愚不肖。但是要知道，這些人與我們是一體，因此，哪一個不是我們敬愛的對象？我們從這些地方體會聖賢之道。能愛敬眾人，就是愛敬聖賢，就是愛敬佛菩薩。我說得更親切，就是「自愛」。

能通眾人之志，就能通聖賢之志。「眾人之志」是什麼？希望得到幸福圓滿的生活。古今中外，不分國家、不分族群、不分宗教，哪個人不希望自己過得幸福美滿，聖賢之志亦復如是。大聖大賢只有一個願望，就是希望人人各得其所。古聖先賢、諸佛菩薩的教誨，無一不是希求幫助世間眾生都能過幸福美滿的生活，不但這一生得利益，來生更得殊勝的利益。這是聖賢之志。

《易經・繫辭上》云：「方以類聚，物以群分。」又云：「精

氣為物，遊魂為變。」這些話都是跟我們說明萬物的來源、生命的來源，以及族類的來源。道家也說：「天地與我同根，萬物與我一體。」言詞說法不一樣，意思相同。佛家云：「唯心所現，唯識所變。」所以，儒、釋、道三家對於宇宙的起源、生命的起源、萬物品類不齊的差別，都講得很清楚。

我學佛這麼多年，將佛菩薩、聖賢的教誨歸納為「心性幻化虛空法界，根身影現國土眾生」。虛空法界從哪裡來的？心性幻化的。所以《金剛經》云：「一切有為法，如夢幻泡影。」我們這個身體、國土、宇宙之間的星球，以及一切眾生，跟我們的根身是一不是二，所以「心性虛空法界一如，色身國土眾生不二」。因此，愛敬萬品是真正的自愛。人能自愛，就能愛一切眾生，真正體會到「萬品不齊，皆吾同胞，皆吾一體，孰非當敬愛者」。

吾合愛合敬。而安一世之人。即是為聖賢而安之也。

「合愛合敬」，合誰？合諸佛菩薩的愛敬，合古聖先賢的愛敬，合各個宗教神明的愛敬，來「安一世之人」。對於現前世間的人，我們全心全力幫助他，就是為聖賢而安民哉。

這些年來，我跟世界上許多宗教領袖接觸、交談，宗教常說：「神愛世人」。神在哪裡？神怎麼愛世人？今天世間人這麼苦，細心想想，這句話太空洞、太抽象了。我們要反省，神怎麼愛世人？宗教徒接受神的愛，要將神對我的愛，再延伸去愛世人，我代表神愛世人，「神愛世人」才能落實。我要是不發心代表神來愛世人，神愛世人永遠是空洞的，永遠是個抽象名詞。他們很贊同我這個說法。

佛的大慈大悲在哪裡？釋迦牟尼佛離開世間已經三千年了，他老人家當年在世間大慈大悲，他現在不在世了，大慈大悲在哪裡？

所以，佛的學生、弟子接受了佛的慈悲，每天讀經、研究經教，依教奉行，得到佛的慈悲加護，應當從內心把佛的慈悲心變成自己的慈悲心，對待一切眾生，落實佛菩薩的大慈大悲。譬如，我們見到觀音菩薩，決不是懇求觀音菩薩慈悲我。泥塑、木雕、彩畫的菩薩像，怎麼能保佑你！所謂「泥菩薩過河，自身難保」。我們要發揚觀音菩薩大慈大悲、救苦救難的心行，見到觀音菩薩，要想到「我就是觀音菩薩，我學習觀音菩薩，我效法觀音菩薩」，這是佛法教學的正理。

所以，此地講的這十種善，「愛敬存心」是根本，沒有愛敬存心，其餘九條都做不到，即使做了也是假善，不是真善。所以，關鍵在存心，存心一定是無私無我，真誠平等的敬愛一切眾生，我們就得到諸佛菩薩、大聖大賢的真傳，真傳就是真誠的愛心。因此，我們要去推動聖賢之志，實行聖賢之志。

何謂成人之美。玉之在石。抵擲則瓦礫。追琢則圭璋。故凡見人行一善事。或其人志可取而資可進。皆須誘掖而成就之。或為之獎借。或為之維持。或為白其誣而分其謗。務使之成立而後已。

「圭璋」，是玉器，人人喜愛。「誘掖」，是幫助、獎勵、扶持。

何謂成人之美？玉在還沒有開採前，是一個頑石，與磚頭、瓦塊沒有兩樣，一文不值。但是經過琢磨，它就變成寶物。凡是看到有人做善事，若其善事可取，或此人很有志向，其志向、稟賦可取，我們就要幫助他。善人在社會上生存很不容易，因為不善人必定與善人對立。但是善人能包容不善人，不善人不能包容善人，所以不善人會與善人對立。對立，當然免不了有誤會、毀謗，甚至於陷害，讓善人在社會上無立足之地。我們發現這些事情，要想方法幫助他，甚至於代

他承受被毀謗的事實，減輕別人對他的毀謗。務必使之在社會上能安身立足，發揚光大他的善業而後已，我們才算是盡心盡力。

因此，謙虛恭敬，接受別人的教誨，就是人才。我們要認識人才，愛才、惜才、成就人才，這是善事中最大的善事，積功累德最大的功德。

大抵人各惡其非類。鄉人之善者少。不善者多。善人在俗。亦難自立。且豪傑錚錚。不甚修形迹。多易指摘。故善事常易敗。而善人常得謗。惟仁人長者。匡直而輔翼之。其功德最宏。

真正有大智之人，往往不修邊幅，對於人與人之間的往來比較隨便，所以容易受人指責。指責的人，所謂是「雞蛋裡挑骨頭」，你沒有過失，人家還是要造謠。有些形跡不端的人，就會被人抓到把柄，

借題發揮，而受到毀謗、侮辱、傷害。所以，好事多磨，障礙的人很多，而且好人常常遭人毀謗。這種情形，只有靠仁人長者出面糾正那些邪惡的錯誤，教導他們改邪歸正，保護、幫助善人，使他成就，這個功德很大。

這種情形，自古以來都是如此。譬如學校裡的學生，欺負新來的同學，或欺負不同族類的同學，這都是心量窄小。如果我們發現這個同學確實有德行、有智慧，也很能幹，但是被人排斥，我們應當要幫助他。同學當中有一等明白人，一般講打抱不平的同學，要起來仗義而行，替他分擔這些毀謗與壓力，讓他安心在學校讀書求學，完成學業。

在新加坡，我們希望建一個彌陀村，照顧老年人，讓他們每天聽經念佛。三、四年來，我們到處找地方，最後都被人破壞了，真的是好事常易敗。而我一生也是在毀謗裡長成的，幾十年來沒有離開別人

的毀謗。我對於毀謗我的人很尊敬，絕不加以辯白，因為他並沒有妨害我每天講經說法。

何謂勸人為善。生為人類。孰無良心。世路役役。最易沒溺。凡與人相處。當方便提撕。開其迷惑。譬猶長夜大夢。而令之一覺。譬猶久陷煩惱。而拔之清涼。為惠最溥。

「良心」，就是《三字經》一開端說的「人之初，性本善」，「性本善」就是天理良心。「役役」，是忙忙碌碌。「溥」，是廣博。

何謂勸人為善？一個人生在世間，怎麼會沒有良心？可是世路役役，誘惑的力量太大了，人本有的天良會被這些迷惑。所以，我們與人相處要存仁慈心、愛心，時時刻刻幫助別人，提醒別人，讓他破迷

開悟，回頭是岸。他正在作大夢，我們想方設法希望他醒過來。譬如這個人久陷在煩惱中，我們給他一服清涼劑，這個恩惠是最大的。

早年我在台灣時，有一次在方東美先生家裡，遇到幾位教育部的官員，向方老師請教「如何復興中國文化」。其中有一位先生說：「美國是世界上最強大的國家。從歷史經驗來看，再強大的國家也會有滅亡的一天。中國周朝八百年亡了，西方羅馬一千年也滅亡了。美國將來滅亡，第一因素是什麼？」方先生非常嚴肅，沉默了大約五分鐘，說了兩個字：「電視。」電視是個工具，沒有善惡，怎麼會導致亡國？因為電視播放的內容全是殺盜淫妄，無論大人、小孩，每天對著這個畫面，最易沒溺，受這種污染太嚴重了。所以，方老師講：「美國亡國不在於國外的因緣，因為沒有人會侵略它，而是自己滅亡的。」當時他也提了一個警告：「台灣千萬要注意，如果電視不好好把關，也走向美國這種自由開放，台灣將來的社會就不可收拾。」這

些似乎都被他老人家說中了。現在除了電視之外，還有網路，這個不得了！

韓愈云。一時勸人以口。百世勸人以書。較之與人為善。雖有形迹。然對證發藥。時有奇效。不可廢也。失言失人。當反吾智。

韓愈說：「一時勸人是以言詞，若要廣泛勸導社會大眾，就要著書才能做到。」較之與人為善，雖有形跡不同，可是一定要懂得對症發藥，才能收到好的效果。現前社會害的是什麼病？善人就好比是個良醫，一定要懂得病症的根源、如何治療，這個功德就大了。

不當說的，你說出來了；不當教導的，你教導他。譬如，我們現在講經，依照唐宋古大德的註解講給人聽，這是「失人」，因為聽眾是現代人，他們得的病與唐宋時代的人不一樣；若是拿唐宋時的藥方

給現在的人吃，沒有效果，這是說經的人「失言」。

現前科學技術發達，不用著書也行，因為書的效果不及衛星電視、網際網路的傳播，所以要能運用高科技來勸導一切大眾。

何謂救人危急。患難顛沛。人所時有。偶一遇之。當痌瘝之在身。速為解救。

「痌瘝」，是毒瘡。

人生在世，特別是在現前這個時代，災難一年比一年頻繁，一次比一次嚴重。我們遇到了，就要像身上長了毒瘡一樣，要趕緊想辦法解決。

或以一言伸其屈抑。或以多方濟其顛連。崔子曰。惠不在大。赴人

之急可也。蓋仁人之言哉。

或者人有冤枉時，我們能夠發一言替他伸冤；或者我們多方面想辦法，救濟幫助那些顛沛流離者。崔子云：「恩惠不在大，救急要緊。」人有急難，如及時雨，要趕快去幫助他。

當前最大、最嚴重的急難，無過於思想的危機，這個危機已經遍及全世界。任何一個國家地區，我們仔細聽聽他們的談話，就能體會到他們想些什麼、說些什麼、做些什麼。行為種種過惡都是從不良的思想產生的，所以思想危機才是根本！何以會產生這種危機？聖賢道德的教誨完全喪失了，沒有人提倡。

教化全世界最有效果的就是衛星電視與網路傳播。現在電視、網路的內容，沒有道德仁義的教學，只有殺盜淫妄、爭名奪利，教人如何競爭、鬥爭，最後如何戰爭。發展到戰爭，那就是全世界的毀滅。

今天整個趨向如此，這是人間的大難。能夠挽救世界劫運的是哪些人？有權力操縱傳播工具的人。他有能力毀滅世界，也有能力挽救世界。到底這個世界是走向毀滅，還是走向挽救，就在他們一念之間。

何謂興建大利。小而一鄉之內。大而一邑之中。凡有利益。最宜興建。或開渠導水。或築隄防患。或修橋梁以便行旅。或施茶飯以濟飢渴。隨緣勸導。協力興修。勿避嫌疑。勿辭勞怨。

「一邑」，是一個城市。

何謂興建大利？小在一個鄉，大到一個城市，凡是有利益於人民的，就應當興建。譬如開河流引導水利工程，築隄以防水災，修橋梁以便人民行走，布施茶點濟飢渴。隨緣勸導，協力興修，勿避嫌疑，勿辭勞怨。這就是我們今天提倡的社會福利事業，應當努力去做。

社會演變成今天這種現象，真的諸佛菩薩、神仙都無能為力。在今日，最大的大利是倫理道德的教學。今天誰有能力挽救？有權力操縱衛視、網路的人。如果每天能夠用一、兩個小時提倡仁義道德與神聖的教誨，我相信這個世界不到一年，風氣就改變了。因為人都有良心，可惜沒有人喚醒，只要有人喚醒，他們的良心就會被發現。良心發現，回頭是岸，這是現前最大的利益，沒有比這個利益更大了。

何謂捨財作福。釋門萬行。以布施為先。所謂布施者。只是捨之一字耳。達者內捨六根。外捨六塵。一切所有。無不捨者。苟非能然。先從財上布施。世人以衣食為命。故財為最重。吾從而捨之。內以破吾之慳。外以濟人之急。始而勉強。終則泰然。最可以蕩滌私情。祛除執吝。

「釋門」，是佛門。「達」，是通達。

何謂捨財作福？佛門講菩薩行，其方法、手段無量無邊，總歸納不外乎「布施」。何謂布施？布施是捨，捨己為人。就佛法來講，法身菩薩是真正的達者，他真的完全捨了。世間人最重要的是財，凡夫能夠捨財，能捨身外之物，就不錯了，要讓他內外俱捨，這是辦不到的。布施，內可以破除自己的慳貪之心，外可以救濟別人的急難。雖然最初布施很勉強，慢慢就會處之泰然。這可以洗滌我們內心的私欲，袪除執著慳吝。

所以，佛教人修行從哪裡做起？布施。我學佛，第一次見章嘉大師時說：「我知道佛法好，我很想學。有沒有方法叫我很快的契入？」章嘉大師告訴我：「有！看破、放下。」我接著向他請教：「從哪裡做起？」他說：「布施。」我聽話，回去就真幹，做了果然有效應。這個效應是什麼？把一向慳貪的心減輕了。斷，當然不容

易，但是可以減輕貪心、吝嗇心；對外又可以幫助別人，這是布施恩惠。我們要將「自私自利、名聞利養、貪瞋痴慢」都布施掉。以我自己的經驗，前十年做得很勉強，之後就慢慢成了習慣。到現在幾乎連痕跡都沒有了，所以心地清淨。

何謂護持正法。法者。萬世生靈之眼目也。不有正法。何以參贊天地。何以裁成萬物。何以脫塵離縛。何以經世出世。故凡見聖賢廟貌。經書典籍。皆當敬重而修飭之。至於舉揚正法。上報佛恩。尤當勉勵。

「參」，是參與。「贊」，是幫助。

如何能破除邪知邪見？如何制止邪教？唯有護持正法。古人所謂「破邪顯正」，破邪是目的，如何達到破邪的目的？顯正就對了。如

果正不能顯，邪決定破不了！

「法」的好處，略說有四點。佛菩薩教誨是正法，儒家的教誨是正法，道家的教誨是正法，世界上許多宗教也是正法，它們在這個世界上流傳千百年。依中國歷史記載，佛教今年是三千零二十幾年；天主教、基督教、回教也都有千百年的歷史。綜觀之，歷史愈悠久，法愈正，幾千年來多少人奉為真理，依教奉行。如果沒有這些正法，我們怎麼能夠參贊這些大自然？何以能幫助一切萬物？這些都是說物質文明。何以能超凡入聖？這是講精神生活。何以經營世出世法？廟宇是聖賢弘法利生的場所，所以我們見到道場、聖賢的造像，以及經書典籍等法寶，都應當尊敬重視，損壞了就要修補。我們要懂得尊重道德，崇尚善行，行仁義，重視古聖先賢的教育，重視正法的教育，更應當勉而行之。

我們決定要尊重道德，也應當走堂堂正正的大道。何謂「大

道」？就是一般講的「秩序」。社會有秩序，家庭有秩序，宇宙太空之間，行星繞著太陽有秩序，太陽繞著銀河系有秩序，這是自然的秩序，這是「天道」。而「人道」就是儒家講的倫常，夫婦、父子、兄弟、君臣、朋友有秩序，一點都不亂。人與人的關係有秩序，天下太平，社會安定；如果父不父、子不子、君不君、臣不臣，道就喪失了，社會就會動亂，天下就不太平。

如果我們能將人與人的關係處好，人與天地鬼神的關係處好，人與天地萬物的關係處好，就是聖賢。「參贊天地，裁成萬物」，就是把這些關係處好。

何謂敬重尊長。家之父兄。國之君長。與凡年高德高位高識高者。皆當加意奉事。

這是講倫理。中國人講「忠孝傳家」，我們的德行表現在哪裡？表現在敬重尊長。在家裡，父兄是我的尊長，要尊重；國家的領導人，也要尊重。

佛家云，「不作國賊」，決定不能做傷害國家社會的事情；「不謗國主」，決定不能毀謗國家領導人；「不漏國稅」，人民有納稅的義務，決不可以逃漏稅；「不犯國制」，國家的法律決定不違犯。這四點做到了就是敬重尊長，敬重社會，敬重國家。

在家而奉侍父母。使深愛婉容。柔聲下氣。習以成性。便是和氣格天之本。

以上這些道理，現在已經不教了，兒童也不懂得。許多人說：「兒女不聽話，不聽管教。」你沒有教，怎麼能管教？不但你沒有

教，你的父母也沒教你。《無量壽經》云：「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也。」教兒女，從哪裡教起？從《弟子規》教起，從灑掃應對教起，先從做人學起。人都做不好，怎麼能成佛！

出而事君。行一事。毋謂君不知而自恣也。刑一人。毋謂君不知而作威也。事君如天。古人格論。此等處最關陰德。試看忠孝之家。子孫未有不綿遠而昌盛者。切須慎之。

「君」，就是領導者，無論在哪個單位，單位領導人就是「君」。

我們做一樁事情，千萬不要以為領導人不知道，就可以私下胡作妄為；懲罰一個人，千萬不要認為領導人不知道，就可以任意欺負人、欺壓人。這是教我們謹慎行事，因為這些地方最關陰德。你做

好事，別人不知道，這是積陰德；你的領導人不知情，所以你作威作福，這是損陰德。這些事情做不得，果報可畏！

何謂愛惜物命。凡人之所以為人者。惟此惻隱之心而已。求仁者求此。積德者積此。周禮。孟春之月。犧牲毋用牝。孟子謂君子遠庖廚。所以全吾惻隱之心也。

「惻隱」，是憐憫心、同情心。《周禮》，是周公制定的禮法。

何謂愛惜物命？人之所以稱為人，無非是具有惻隱之心，這就是仁者，這就是積德。《周禮》說，正月祭祀神明，不殺母的動物，因為這是牲生育的時期，要憐憫牲。孟子說：「君子應當遠廚房」，就是要成全吾人惻隱之心。這是培育仁慈心。

儒家講：「聞其聲，不忍食其肉。」佛家雖然沒有禁止肉食，

但是佛勸人吃三淨肉。何謂「三淨肉」？不見殺、不聞殺、不為我殺。這都是保全惻隱之心。素食對於健康決定有好處，尤其是現在的肉食，含的病菌非常多，所謂「病從口入」。如果你們以為素食不健康，肉食才健康，我可以做證明。我素食五十年，一生沒有生過病，怎麼能說素食不健康！這是一個錯誤的觀念。

故前輩有四不食之戒。謂聞殺不食。見殺不食。自養者不食。專為我殺者不食。學者未能斷肉。且當從此戒之。漸漸增進。慈心愈長。不特殺生當戒。蠢動含靈。皆為物命。求絲煑繭。鋤地殺蟲。念衣食之由來。皆殺彼以自活。

前人有四不食的禁戒，所謂「聞殺不食、見殺不食、自養者不食、專為我殺者不食」，這四條戒比釋迦牟尼佛講的多一條。我們要

想有健康的身體，不能不注意這幾條。如果不能斷肉食，應當從這裡戒除，慢慢的增進慈悲心，就能戒除了。有時我們為了生活，沒有辦法不殺生。我們要常想想，一件絲織品，有多少生命在裡頭，怎麼忍心！穿皮的衣服也是殺生，這是取牠的皮毛。耕地、種植時，地上許多小蟲都死了，我們才得一點糧食。

我最近在雪梨參觀一個農場，這是出家人開辦的，他們把蔬菜種在塑膠的籃子裡。我問他：「為什麼不種在地上？」他說：「種在地上，耕地會殺死很多小蟲。種在籃子裡面，雖然費的工程很大，但是不殺生。」我聽了很受感動，很難得，這是值得提倡的。他還是用土栽，只不過把土放在塑膠籃子裡，以避免殺生。

故暴殄之孽。當與殺生等。至於手所誤傷。足所誤踐者。不知其幾。皆當委曲防之。古詩云。為鼠常留飯。憐蛾不點燈。何其仁也。

善行無窮。不能殫述。

我們不愛惜東西，飯菜吃剩就丟棄，這是造孽，罪很重！這個罪業跟殺生沒有兩樣。至於手所誤傷，足所誤踐者，不知其幾，我們要懂得防範。古詩云：「為鼠常留飯，憐蛾不點燈，何其仁也。」善行太多了，說之不盡。

由此十事而推廣之。則萬德可備矣。

了凡先生在此地舉出十個例子，希望我們從這十個例子去類推，努力修學，善行自然就可以圓備了。

四、謙德之效

在社會上，人不能不與廣大的群眾交往，因此做人最重要的是謙虛。如果傲慢，就很難行得通。了凡先生將「謙德」放在最後，正如佛經的流通分一樣，意義非常重大。

易曰。天道虧盈而益謙。地道變盈而流謙。鬼神害盈而福謙。人道惡盈而好謙。是故謙之一卦。六爻皆吉。書曰。滿招損。謙受益。予屢同諸公應試。每見寒士將達。必有一段謙光可掬。

「易」，指《易經》。「虧」，是虧損。「盈」，是自滿。「天道」，即自自然然的道理。「地」，指寬廣。「變」，是變動。「流」，是聚集在一處。

《易經》說，凡是自滿的人，總是會遇到一些吃虧的地方；能夠

謙虛的人，一定能得到利益，這是天道。水總是會流到低窪的地方，不會往高處流。高的地方是自滿、貢高我慢，得不到利益，得不到滋潤；低窪的地方才能得到滋潤。對於自滿、傲慢之人，鬼神總是要找他麻煩，開他的玩笑；對於謙虛的人，鬼神尊敬、幫助他。人道又何嘗例外！對於自滿、傲慢的人，人們總是討厭他；對於謙虛的人，人們總是歡喜他。所以，謙之一卦，唯有吉利而無凶災，這是做人重要的原則。

《書經》又說，驕傲自滿的人會受到損失，謙虛的人會受到好處。了凡先生說，他很多次與同學們一起參加考試時，常常見到貧寒的學生將要發達的，一定非常謙虛。所以，處事待人接物，最重要的是虛懷若谷，能夠接納別人，成就別人。

下面了凡先生舉了五個人做例子，我們也由此觀察到，他的眼光非常準確。

辛未計偕。我嘉善同袍凡十人。惟丁敬宇賓。年最少。極其謙虛。予告費錦坡曰。此兄今年必第。費曰。何以見之。予曰。惟謙受福。兄看十人中。有恂恂款款。不敢先人。如敬宇者乎。有恭敬順承。小心謙畏。如敬宇者乎。有受侮不答。聞謗不辯。如敬宇者乎。人能如此。即天地鬼神。猶將佑之。豈有不發者。及開榜。丁果中式。

「丁敬宇」，字敬宇，名丁賓。

這一年，了凡先生三十七歲，嘉善縣一共有十個人去考進士。丁敬宇是十個人中最年輕的，人非常謙虛。了凡先生就告訴另外一個同伴費錦坡說：「丁敬宇今年一定會考中進士。」費錦坡說：「何以見得？」了凡先生說：「惟謙受福。你看我們十個人當中，有哪一個

像丁敬宇這樣謙虛、講信用、忠厚、誠實，總是居人之後，不敢為人先的？而且對於每一個人都能恭敬順承；換言之，在大眾之中，他不堅持成見，能夠隨順別人，這個難得！他受到別人的侮辱，不說一句話；聽到別人毀謗他，他不辯白。一個人能夠如此，天地鬼神都會保佑他，哪有不中的道理！」及開榜，果然考中了。

丁丑在京。與馮開之同處。見其虛己斂容。大變其幼年之習。李霽巖直諒益友。時面攻其非。但見其平懷順受。未嘗有一言相報。予告之曰。福有福始。禍有禍先。此心果謙。天必相之。兄今年決第矣。已而果然。

「相報」，是辯白。「相」，是襄助。

丁丑年（公元一五七七年），與了凡先生同去考試的馮開之是浙

江人，他的同鄉。了凡先生看到他年輕時，已經沒有幼年時的習氣。當時有一位李霽巖先生很直爽，見到別人的過失，就當面批評。見到馮開之也是毫不客氣批評他，可是馮開之聽到之後，非常平靜，完全接受，沒有任何辯白，別人所指責的完全承受。了凡先生就跟馮開之講，禍福都有預兆，你的謙虛不是裝的，是出自於真誠心。這樣謙虛的人，老天爺會襄助，並斷定他今年一定考取。後來，果然考取。

趙裕峯。光遠。山東冠縣人。童年舉於鄉。久不第。其父為嘉善三尹。隨之任。慕錢明吾。而執文見之。明吾悉抹其文。趙不惟不怒。且心服而速改焉。明年遂登第。

「童年」，十九歲以下稱童年。「三尹」是縣裡面第三級的地位。通常大尹是縣長，二尹應當是祕書長、主任秘書，三尹大概是科長。

趙裕峰，名光遠，山東冠縣人。這個人相當聰明，童年的時候就中了舉人。以後考進士，考了許多次都沒有考取。他的父親是嘉善縣的三尹，他隨著父親到嘉善來就職。錢明吾是當時的一位學者，很有學問、德行。趙裕峰把自己的文章帶給錢先生看，錢先生把他的文章大幅度的批改，許多地方都劃掉了。可是趙裕峰不但沒有一點怒容，而且心服口服，確實能夠改正。到第二年，再參加進士考試，他考中了。所以，謙虛重要！

壬辰歲。予入覲。晤夏建所。見其人氣虛意下。謙光逼人。歸而告友人曰。凡天將發斯人也。未發其福。先發其慧。此慧一發。則浮者自實。肆者自斂。建所溫良若此。天啟之矣。及開榜。果中式。

「入覲」，是見皇帝。「浮」，是輕浮。

這一年，了凡先生五十八歲，去見皇帝，在京城遇到夏建所，此人非常謙虛，真正做到自卑而尊人。他回來告訴他的朋友們說：「這個人將要發達之前，福報還沒有現前，智慧已經透出來了。智慧透出來之後，他自自然然就老實了，放肆就收斂了，這是老天爺啟發他。」後來考試開榜，夏建所果然中式。

江陰張畏巖。積學工文。有聲藝林。甲午。南京鄉試。寓一寺中。揭曉無名。大罵試官。以為瞇目。時有一道者。在傍微笑。張遽移怒道者。道者曰。相公文必不佳。張益怒曰。汝不見我文。烏知不佳。道者曰。聞作文。貴心氣和平。今聽公罵詈。不平甚矣。文安得工。

「鄉試」，是秀才考舉人的考試。

這一位是反面的例子。江陰張畏巖文章寫得很好，在學術界有相當的聲譽。甲午，南京鄉試，他住在一個寺廟裡。考試揭曉後，他沒考中，於是就罵考試官：「我的文章寫得這麼好，為什麼沒有被錄取？」他的心裡非常不平。這時候有一位道長在旁邊，聽了笑笑，於是張畏巖又轉過頭來罵道長。道長說：「相公，你的文章一定不好。」張畏巖脾氣更大了，說：「你沒有看到我的文章，怎麼曉得不好？」道長說：「心平氣和才能寫出好文章。現在聽你罵考試官，你的心非常不平，文章怎麼能寫得好？」

張不覺屈服。因就而請教焉。道者曰。中全要命。命不該中。文雖工。無益也。須自己做個轉變。張曰。既是命。如何轉變。道者曰。造命者天。立命者我。力行善事。廣積陰德。何福不可求哉。張曰。我貧士。何能為。道者曰。善事陰功。皆由心造。常存此心。

功德無量。且如謙虛一節。並不費錢。你如何不自反。而罵試官乎。

張畏巖也算是很難得，聽了道長的話，覺得很有道理。他不知不覺就被道長屈服了，於是反過來向道長請教。道長說：「考試能否考中，那是命。命裡要是不該中，你的文章做得再好，都沒用處。」所以，古時候考試沒有不重視陰功的，上是祖宗積德，下是自己要有陰功，要積陰德，鬼神在當中就會默默的保佑，你參加考試中的機會就會很多。

道長說：「你必須做個轉變。」

張畏巖說：「既然命裡頭不該考中，我怎麼個轉變法？」

道長說：「造命雖然是天，可是立命者是我。」所以，勸他力行善事，廣積陰德，就有求必應！

張畏巖說：「我是一個貧寒的讀書人，怎麼做善事？所謂是『心有餘而力不足』。」

道長說：「善事陰功都由心造，要常常存一個善心，常常存幫助別人的心，這就無量功德。譬如謙虛，並不須要花錢，你就可以做到。你為什麼不反省，而要罵考官？這就是你的過失。」

張由此折節自持。善日加修。德日加厚。丁酉。夢至一高房。得試錄一冊。中多缺行。問旁人。曰。此今科試錄。問。何多缺名。曰。科第陰間三年一考較。須積德無咎者。方有名。如前所缺。皆係舊該中式。因新有薄行而去之者也。後指一行云。汝三年來。持身頗慎。或當補此。幸自愛。是科果中一百五名。

從此之後，張畏巖改掉了自己傲慢的習氣，老老實實斷惡修善，

天天做反省的功夫，所以他的善德天天有進步。丁酉年，有一天做了一個夢，夢到自己到一個很高大的房子，他在裡面看到一本名冊，裡面有許多格子缺名。他很好奇，問旁人：「這是什麼東西？」

別人告訴他：「這是今年考試錄取的名冊。」

他就問：「為什麼名冊裡有好多空格缺名？」

旁人回答說：「科第每三年要重新審查一次，原本名冊有名的，這三年當中他要是積德，沒有過失，他的名字才能保全。你看到這裡面的空格，是原本應該在這一次考中的，但是因為這三年當中他造作惡業，名字被除掉了。你這三年來，折節自持，修善積德，或者可能補這個缺，希望你自愛。」

丁酉年，張畏巖參加考試，果然考中第一百零五名。可見，改過確實有效驗！

由此觀之。舉頭三尺。決有神明。趨吉避凶。斷然由我。須使我存心制行。毫不得罪於天地鬼神。而虛心屈己。使天地鬼神。時時憐我。方有受福之基。

「屈」，是折節，委曲自己。「基」，是基礎。

由以上種種例子來觀察，舉頭三尺有神明。如何趨吉避凶？一定要靠自己，要存善心，制止自己不正當的行為。天地鬼神是善良的，我們造作不善就得罪於他。我們修善積德，就與天地鬼神同心同好。我們委曲求全，這樣天地鬼神自自然然就加持。無論在什麼處所，無論對什麼人，自己能夠遷就一點，委曲一點，才是「受福之基」。

我們如何與天地鬼神相處？一般人不相信有鬼神，對鬼神置之不理。人不信佛菩薩，不信天地鬼神，天地鬼神只好站在一旁冷靜觀察，看你造罪業、受惡報。你何時回心轉意，知道懺悔了，天地鬼神

還是來照顧你。人同此心，心同此理，鬼神也不例外。所以，趨吉避凶一定要靠自己，鬼神無法幫助。

彼氣盈者必非遠器。縱發亦無受用。稍有識見之士。必不忍自狹其量。而自拒其福也。況謙則受教有地。而取善無窮。尤修業者所必不可少者也。

「器」，是度量。

一個氣勢凌人、貢高我慢的人，決沒有大度量，他的前途也一定不會有遠大的成就。縱然發達了，也無法長久的享受福報。只要是稍稍有見識的人，必定不忍心使自己的度量變得狹小，而遠離福報。一個人能謙虛，虛懷若谷，就能接受別人的教誨，那些有德行、有學問的長者也會歡喜教你，歡喜幫助你，歡喜成就你，這才能「取善無

窮」！尤其是讀書、做學問的人，所必不可少者也。

古語云。有志於功名者。必得功名。有志於富貴者。必得富貴。人之有志。如樹之有根。立定此志。須念念謙虛。塵塵方便。自然感動天地。而造福由我。

古人說，有志求功名者，必定得功名；有志於富貴者，必定得富貴。人之有志，如樹之有根，立定此志，並且謙虛，才能接受別人的教誨，自然感動天地，所以造福由我。

我為什麼要求功名？古時候考取舉人、進士，目的是在做官，做官的目的是在為人民服務。換言之，希望找到一個為人民服務的機會，決定不是利益自己。如果是為自己的榮華富貴，那求之就不是道，你命裡雖有功名、富貴，那是前世所修的。如果你這一生當中命

裡沒有功名、富貴，你求功名、求富貴，不是為自己求，而是為社會求，為眾生求，希望藉由這個職位能為人民服務，天地鬼神都會讚歎你、幫助你。因此，我們一心向善，自然得諸佛菩薩、善神的保佑。

今之求登科第者。初未嘗有真志。不過一時意興耳。興到則求。興闌則止。孟子曰。王之好樂甚。齊其庶幾乎。予於科名亦然。

今之求登科第者，最初不見得是有真心，只是一時想參加，去考一考，興趣來了就求，興趣不來就算了。孟子這句話是對齊國大王說的。齊國大王喜歡音樂，他只是個人喜歡音樂，如果他能與民同樂，齊國就會興旺起來。我對於求取科名的心，也像孟子所說的，一定要落實到積德行善。得到功名、地位，要存有為民眾服務的心，盡心盡力去做。只要存這種心，行這樣的事，命運與福報就可自己做主了。

了凡四訓原文對照表

依據版本用字	常用字	依據版本用字	常用字
批「準」	准	傍	旁
游	遊	「决」擇	抉
況	况	筯	箸
宂	冗	束「修」	脩
寗	寧	「朞」年	期
柰	奈	對「證」發藥	症
捫之半「殭」矣	僵		

註一：不「瞑」目，依據版本為「暝」，經查為訛誤，故採「瞑」字。

註二：芒「刺」在肉，依據版本為「剌」，經查為訛誤，故採「刺」字。